



## Kärna trygghetsboende

### Matsedel vecka 24

#### Måndag 10/6

- Lunch

Alternativ 1 Dillkött serveras med potatis och grönsaker.

Alternativ 2 Tunna pannkakor serveras med sylt och grönsaker.

---

#### Tisdag 11/6

- Lunch

Alternativ 1 Köttfärssås serveras med spaghetti/potatis och grönsaker.

Alternativ 2 Omelett serveras med svampstuvning och grönsaker.

---

#### Onsdag 12/6

- Lunch

Alternativ 1 Ugnstekt fisk serveras med citron- & dillsås, potatis och grönsaker.

Alternativ 2 Bacon- och broccolipaj serveras med dressing och sallad.

---

#### Torsdag 13/6

- Lunch

Alternativ 1 Korv stroganoff serveras med potatis och grönsaker.

Alternativ 2 Köttbullar serveras med gräddsås, potatis, lingon och grönsaker.

---

#### Fredag 14/6

- Lunch

Alternativ 1 Ugnstekt kyckling serveras med potatisgratäng och grönsaker.

Alternativ 2 Potatismoussaka med köttfärs serveras med grönsaker.

---

#### Lördag 15/6

- Lunch

Portergryta serveras med potatis, gelé och grönsaker.

---

#### Söndag 16/6

- Lunch

Fläskkarré serveras med gräddsås, potatis, äppelmos och grönsaker.

---

## Kärna trygghetsboende

### Matsedel vecka 25

#### Måndag 17/6

- Lunch  
Alternativ 1 Kalops serveras med potatis, rödbetor och grönsaker.  
Alternativ 2 Bakad potatis serveras med kycklingröra och grönsaker.
- 

#### Tisdag 18/6

- Lunch  
Alternativ 1 Potatissallad serveras med rökt hönsbröst och grönsaker.  
Alternativ 2 Pyttipanna serveras med rödbetor och grönsaker.
- 

#### Onsdag 19/6

- Lunch  
Alternativ 1 Kycklingkylett serveras med örtsås, ris och grönsaker.  
Alternativ 2 Fiskbullar serveras med dillsås och potatis
- 

#### Torsdag 20/6

- Lunch  
Alternativ 1 Potatis och skinkgratäng, grönsaker  
Alternativ 2 Varmkorv med bröd serveras med grönsaker.
- 

#### Fredag 21/6 Midsommarafon

- Lunch  
Matjessill serveras med gräddfil, gräslök och potatis.
- 

#### Lördag 22/6 Midsommardagen

- Lunch  
Kassler serveras med ädelostsås, potatis och grönsaker.
- 

#### Söndag 23/6

- Lunch  
Ugnstekt fisk serveras med vitvinssås, potatis och grönsaker.
-



## Kärna trygghetsboende

### Matsedel vecka 26

#### Måndag 24/6

- Lunch  
Alternativ 1 Potatisbullar serveras med stekt fläsk, lingonsylt och grönsaker.  
Alternativ 2 Crêpes med svampfyllning serveras med grönsaker.
- 

#### Tisdag 25/6

- Lunch  
Alternativ 1 Grekisk färsbiff serveras med morotstzatziki, klyftpotatis och grönsaker.  
Alternativ 2 Omelett med räkstuvning serveras med grönsaker.
- 

#### Onsdag 26/6

- Lunch  
Alternativ 1 Kycklinglasagnette serveras med grönsaker.  
Alternativ 2 Flatrökt skinka med potatisgratäng.
- 

#### Torsdag 27/6

- Lunch  
Alternativ 1 Fisknuggets serveras med remouladsås, potatis och grönsaker  
Alternativ 2 Broccolisoppa serveras med pålägg.
- 

#### Fredag 28/6

- Lunch  
Alternativ 1 Köttbullar serveras med stuvade makaroner och grönsaker.  
Alternativ 2 Korvlåda med tomat serveras med potatismos och grönsaker.
- 

#### Lördag 29/6

- Lunch  
Helstekt fläskkotletrad serveras med pepparsås, potatis och grönsaker.
- 

#### Söndag 30/6

- Lunch  
Klimatvänlig ugnsfärs serveras med gräddsås, potatis, lingonsylt och grönsaker.
-

## Kärna trygghetsboende

### Matsedel vecka 27

#### Måndag 1/7

- Lunch  
Alternativ 1 Isterband serveras med stuvad potatis och rödbetor.  
Alternativ 2 Morotsbiff serveras med örtgräddsås, potatis och grönsaker.
- 

#### Tisdag 2/7

- Lunch  
Alternativ 1 Baconsås serveras med pasta/potatis och grönsaker.  
Alternativ 2 Chili con carne serveras med ris/potatis, gräddfil och grönsaker.
- 

#### Onsdag 3/7

- Lunch  
Alternativ 1 Laxfärsbiff serveras med kall dillsås, potatis och grönsaker.  
Alternativ 2 Blomkål- och broccoligratäng serveras med potatis och grönsaker.
- 

#### Torsdag 4/7

- Lunch  
Alternativ 1 Grön ärtsoppa serveras med pålägg.  
Alternativ 2 Kyckling serveras med BBQ-sås och klyftpotatis.  
Dessert Pannkaka med sylt.
- 

#### Fredag 5/7

- Lunch  
Alternativ 1 Pannbiff serveras med stekt lök, brunsås, lingonsylt, potatis och grönsaker.  
Alternativ 2 Tortellinigratäng med ost och tomat serveras med grönsaker.
- 

#### Lördag 6/7

- Lunch  
Pepparrotskött serveras med potatis och grönsaker.
- 

#### Söndag 7/7

- Lunch  
Schnitzel serveras med bearnaisesås, ugnsröstad potatis och grönsaker.
-