



Matsedel

Fredrika Bremergymnasiet

RESTAURANGEN



Vecka 2

9/1 Studiedag.

10/1 Falafel med makaroner.

11/1 Bön-tomatsoppa och pannkakor.

12/1 Quorn gryta med salvia-tomat och ris.

13/1 Grönsaksbiffar med tomatsås och potatis.



Vecka 3

17/1 Sweet chili marinerad quornfile.

18/1 Vegetarisk färssås och spagetti.

19/1 Vegetarisk mousaaka med rotgrönsaker.

20/1 Broccoli och svamp risotto.

21/1 Chikken tikka masala med quorn och ris.



Vecka 4

23/1 Rotselleribiffar med sås och potatis.

24/1 Vegetarisk gryta med ris.

25/1 Soyakorv med makaroner.

26/1 Tomatsoppa.
Risgrynsgröt.

27/1 Asiatisk quorn gryta med ris.



Vecka 5

- 30/1 Svamp och grönsaksrisotto med kall örtsås.
31/1 Bourgune med quorn och potatis.
1/2 Broccoligratäng.
2/2 Morotsoppa och pannkaka.
3/2 Pastagrätäng.



Vecka 6

- 6/2 Vegogryta från medelhavet och ris.
7/2 Vegetarisk schnitzel med sås och potatis.
8/2 Vegetarisk färslimpa med sås och potatis.
9/2 Korvstroganoff med soyakorv och ris.
10/2 Provencalsk quorn gryta med pasta.

Vecka 7

- 13/2 Soyakorv med potatismos.
14/2 Falafel "á la Lady & Lufsen"
15/2 Vegetarisk makaronipudding.
Tandorigryta med grönsaker och pasta.
16/2 Bönröra Afrikan med potatis.
17/2 Grönsaksbiffar med sås och potatis.



Vecka 8

- 20/2 Vegetarisk lasagne.
21/2 Vegetarisk färssås med spaghetti.
22/2 Grönsaksbiffar med sås och potatis.
23/2 Quornfile med ris och currysås.



24/2 Currydoftande lins och potatispytt.

Vecka 9 SPORTLOV

Vecka 10

5/3 Korvstroganoff med soyakorv och ris.

6/3 Falafel med potatismos och brunsås.

7/3 Chili con carne med quornfärs och ris.

8/3 Broccoligratäng.

9/3 Stark thaigryta med quorn och pasta.

Vecka 11

12/3 Spenatplättar.

13/3 Vegetarisk färssås med spagetti.

14/3 Rödbetsbiffar med potatismos.

15/3 Ärtsoppa och raggmunk.

16/3 Mousaaka med rotgrönsaker och quornfärs.

Vecka 12

19/3 Grönsaksbiffar med tomatsås och ris.

20/3 Vegetarisk Jambalaya med pasta.

21/3 Kålrabbit och potatisgratäng.

22/3 Fransk quorn med ris..

23/3 Gratinerad soyakorv med tomat och ost, ris.



Vecka 13

- 26/3 Grönsaksgryta med ris.
27/3 Vegetarisk schnitzel med sås och potatis.
28/3 Pannkaka med sylt.
Mexicansk potatis och soyakorvgryta.
29/3 Pastagrätäng med grönsaker.
30/3 Kokosquorngryta med pasta.



Vecka 14

- 2/4 Falafel med sås och potatis.
3/4 Quorngryta med potatis.
4/4 Korvstroganoff med soyakorv och ris..
5/4 Grönkålsoppa. Potatisbullar med sylt.
6/4 Långfredag. Glad Påsk.



Vecka 16

- 16/4 Husets rätt.
17/4 Rotfruktsgrätäng.
18/4 Vegetarisk färssås med spagetti.
19/4 Falafel, soyakorv och potatisfrestelse.
20/4 Quornfile med mangochutny sås och potatis.

Vecka 17

- 23/4 Grönsakswok.
24/4 Mild böngryta med rotfrukter.
25/4 Hagaburgare med potatis, sås och varma grönsaker.
26/4 Potatis och grönsakssoppa.

27/4 Vegetarisk pastasås med pasta.

Vecka 18

30/4 Lov.

1/5 Lov.

2/5 Falafel med potatismos och lingonsylt.

3/5 Indiskgrönsaksgryta.

4/5 Cocos pytt och morotsoppa.



Vecka 19

7/5 Vegetarisk lasagne.

8/5 Broccolisoppa och grönsaksgryta med potatis.

9/5 Vegetariska kålpudding med potatis och sås.

10/5 Korvstroganoff med soyakorv och ris.

11/5 Vegetariska biffar med makaroner, potatis och sås.



Vecka 20

14/5 Quorfile med örtsås och ris.

15/5 Krämig champinjonsoppa.
Pannkaka med sylt.

16/5 Grönsaksgratäng.

17/5 Lov.

18/5 Lov



Vecka 21

- 21/5 Soyakorv med potatismos, grillgurka.
- 22/5 Turkiskpotatissoppa med bröd och ost.
Vegetarisk Nassigoreng.
- 23/5 Bönsallad med bröd och dressing.
- 24/5 Vegetarisk gryta a la King med ris.
- 25/5 Quornfile med sås och potatis.



Vecka 22

- 28/5 Falafel med makaroner.
- 29/5 Pastasallad med oliver, bönor och quornfile.
- 30/5 Tomatsoppa med pasta. Potatisbullar.
- 31/5 Smått och gott från kökets skafferi.
- 1/6 Smått och gott från kökets skafferi.



Vecka 23

- 4/6 Smått och gott från kökets skafferi.
- 5/6 Smått och gott från kökets skafferi.
- 6/6 Sveriges nationaldag !!! Lov.
- 7/6 Smått och gott från kökets skafferi.
- 8/6 **AVSLUTNINGSLUNCH för årskurs 3.**



Vecka 24

- 11/6 Smått och gott från kökets skafferi.
- 13/6 Smått och gott från kökets skafferi
- 13/6 Smått och gott från kökets skafferi
- 14/6 Avslutning för 1or och 2or.
Glad sommar och välkomna tillbaka i augusti.

