

# Smaklig måltid!



Vid varje maträtt finns en symbol som visar proteinkällan i måltiden.

Vid vissa maträtter finns svarta ikoner som berättar om måltiden är fri från en viss allergen. Det finns även vita ikoner som beskriver konsistensen på måltiden. Varmrätter och sallader märkta med bra miljöval genererar ett lägre koldioxidutsläpp, under 0,5 CO<sup>2</sup> per portion.

Har du andra allergier eller behov? Prata med personalen.

## Varmrätter



### 1. Vegetarisk lasagne

Med krämig béchamelsås och god tomatsås med röda linser.



### 2. Falafel med grilloumi

Serveras med ratatouille och ris.



### 3. Pannkaka

Med pannkakssylt.



### 4. Vegansk Bolognese

Av vegofärs, serveras med pasta grönsaksmix.



### 5. Vegansk tacogratäng

En kryddig gratäng av vegofärs med skivad potatis.



### 6. Vegansk kålpudding med gräddsås

Av vegofärs, serveras med potatis och lingon.



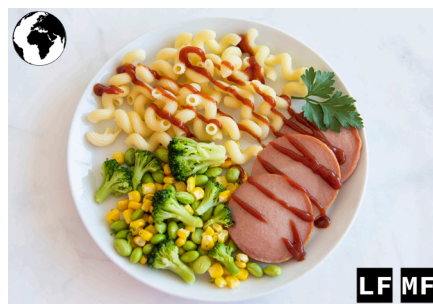
### 7. Köttbullar med gräddsås

Serveras med potatismos och morötter.



### 8. Pannbiff med skysås

Serveras med stekt lök, potatis och lingon.



### 9. Falukorv med pasta

Serveras med grönsaksmix.



### 10. Laxsås med pasta

Serveras med haricots verts.



### 11. Torsk med vitvinsås

Serveras med potatismos och ärtpuré.



### 12. Fisk med wok-grönsaker i hummersås

Med skivad potatis.



Vegetarisk



Vegansk



Nötkött



Fläskkött



Fisk & Skaldjur



Fågel



Bra miljöval

**GF** Glutenfri

**LF** Laktosfri

**MF** Mjölkfri

**LT** Lättuggad

**FL** Flytande



**LF GF**



### 13. Kyckling med dragonsås

Serveras med ris och grönsaksmix.



**LF GF**



### 14. Kyckling med rödvinssås

Serveras med potatisgratäng och haricots verts.



**LF GF MF**



### 15. Kycklingcurry

Serveras med ris och morötter.

## Varmrätter med val av kolhydrat

Välj om du vill äta med pasta, ris, potatis **LT** eller potatismos **LF LT**.



**LT**

**LF GF**



### 16. Korv Stroganoff

Serveras med morötter.



**LT**

**LF GF**



### 17. Kycklingfärsbiff med tomat- och salviasås

Serveras med ärtpuré.



**LT**

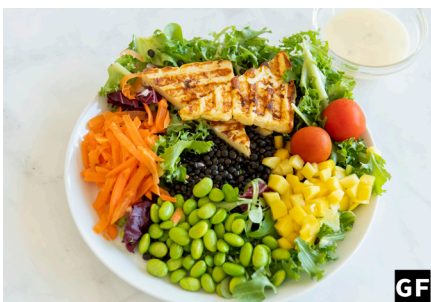
**LF GF**



### 18. Kolja med dillsås

Serveras med pumpa- och sötpotatismix.

## Sallader

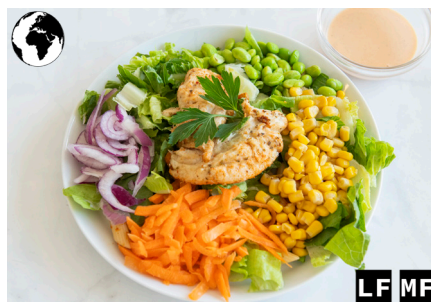


**GF**



### 30. Grilloumisallad

Krispiga grönsaker, svensk grilloumi och belugalinser.



**LF MF**



### 31. Kycklingsallad

En pastasallad med örtmarinerad kyckling.

## Dressingar

32. Curry-lime

33. Vinägrett

34. Fransk vitlök

Alla dressingar är: **LF GF MF**

Önskar du en sidosallad eller annat tillbehör till din måltid?  
Fråga personalen om utbudet.

# Soppor



FL

Släta och krämiga varmrättssoppor.



40. Grönsakssoppa

LF GF



41. Kycklingsoppa med palsternacka

LF GF



42. Broccolisoppa

LF GF



43. Asiatisk laxsoppa

LF GF MF



44. Fisk- och räksoppa

LF GF

# Smårätter



LF



50. Pan pizza

Toppad med ost och skinka.



LT

LF GF



51. Janssons frestelse



LF



52. Skaldjurspaj

Fylld med räkor, crabfish, broccoli och tomat.



LT

LF GF



53. Omelett

En slät fyllig ugsomelett.



LT



54. Västerbottenpaj

En smakrik ostpaj.



LT

GF



55. Svampsoppa

En len soppa med små bitar av svamp.



LF GF MF



56. Råraka

Serveras med bacon, svamp och lingon.



LF MF



57. Skagenröra på rågröd

Med räkor, crabfish och skivat ägg.



LF GF MF



58. Silltallrik med ägg och potatis



Vill du veta mer om innehållet i din måltid? Använd QR-koden. Eller använd följande adress: [webmenu.foodit.se](http://webmenu.foodit.se) och klicka dig fram.



**Kost**

Gäller från hösten 2022