

Matlista Geta Kommun

Vecka 3 12.1-16.1

Måndag: Chili con carne,ris G,L

Tisdag: Rågflingsgröt,bröd L

Onsdag: Fisk,potatis G,L

Torsdag: Grillsida,potatismos G,L

Fredag: Minestrone-soppa,bröd L

Vecka 4 19.1-23.1

Måndag: Mannagröt,bröd L

Tisdag: Broccoli-skinkgratäng,havreris G,L

Onsdag: Lammfärsbiff,klyftpotatis,tzatziki G,L

Torsdag: Fisk,potatis G,L

Fredag: Kycklingsoppa,bröd G,L

Vecka 5 26.1-30.1

Måndag: Fläskpannkaka,lingonsylt L

Tisdag: Köttfärslimpa,potatis G,L

Onsdag: Blomkålscurry,ris G,L

Torsdag: Fiskbiffar,potatis G,L

Fredag: Borsjtjsoppa,bröd G,L

Vecka 6 2.2-6.2

Måndag: Tortilla/ Taco L

Tisdag: Kyckling,havreris G,L

Onsdag: Korvstroganoff,potatis G,L

Torsdag: Fisk,potatis G,L

Fredag: Finn-Alberts soppa,bröd L

Vecka 7 9.2-13.2

Måndag: Kållåda,lingonsylt G,L

Tisdag: Fisk,potatis G,L

Onsdag: Gröt,bröd L

Torsdag: Sjömansbiff G,L

Fredag: Potatis o purjosoppa,bröd L

G=Glutenfri

L=Laktosfri