

<b>MÅNDAG</b> 28/1	Lunch	Alt. 1: Dragondoftande kycklinggratäng på bädd av rotsaker, ris Alt. 2: Kryddiga sejbiffar, kall sås, potatis, örter Alt. 3: Rödbetssallad med matvete, toppad med ädelost och valnötter	Exotisk fruktsoppa
	Middag	Alt. 1: Pestogratinerad fiskfilé, potatismos, morötter Alt. 2: Stekt grillkorv med tomatpotatis, morötter Alt. 3: Stekt rotselleri, tomatpotatis, morötter	
<b>TISDAG</b> 29/1	Lunch	Alt. 1: Rimmad oxbringa, rotmos, romanabönor, senap Alt. 2: Het kasslergryta med äpple, potatis, romanabönor Alt. 3: Rotsakskaka med fylld lök, romanabönor	Körbärskräm
	Middag	Alt. 1: Kålsoppa med korvslantar, bröd, ost. Frukt Alt. 2: Kyckling Puttanesca (tomat, sardeller, oliver), pasta, örter Alt. 3: Nötfyllda- ugnstekta endiver, råris, örter	
<b>ONSDAG</b> 30/1	Lunch	Alt. 1: Nötskavsgryta med purjolök och tomat, potatis, brysselkål Alt. 2: Lammfärsbiffar med fetaost, mango-chutneysås, ris Alt. 3: Indisk linsgryta med fänkålsfrön och spiskummin, nanbröd	Äppel- och kanelyoghurt
	Middag	Alt. 1: Skinkstroganoff, ris, romanabönor Alt. 2: Fiskgratäng Italiano (tomat, oliver), potatis, romanabönor Alt. 3: Blomkåls- och äppelcurry med matkorn, romanabönor	
<b>TORSDAG</b> 31/1	Lunch	Alt. 1: Ärtsoppa med fläsk, senap Alt. 2: Tomatbräserade köttbullar, potatisklyftor, morötter Alt. 3: Lins- och halloumibiffar med vitlökskräm, potatisklyftor	Tunna pannkakor, sylt
	Middag	Alt. 1: Fiskgryta med smak av curry, potatis, broccoli Alt. 2: Korvlåda med tomat, lök och äggstanning, potatis, broccoli Alt. 3: Ost- och örtgratinerad portabello med blomkålskräm, broccoli	
<b>FREDAG</b> 1/2	Lunch	Alt. 1: Stekt flundrafilé med lök, kapris och rödbeta, brynt smör, potatismos, örter Alt. 2: Pulled pork, bearnaisesås, klyftpotatis, syrad morot Alt. 3: Chiligrillad aubergine med tomat och mozzarella, ris	Klimatsmart chokladkaka med svarta bönor
	Middag	Alt. 1: Grönsaksfylld köttfärs, skysås potatis Alt. 2: Salviafisk i vinsås, potatis, morötter Alt. 3: Curry Bombay med quorn, ris, morötter	
<b>LÖRDAG</b> 2/2	Lunch	Alt. 1: Chicken a la King, potatis, romanabönor Alt. 2: Korv Stroganoff, ris, romanabönor Alt. 3: Sötpotatisgratäng med vita bönor och smak av dijonsenap	Smörstekta äppelklyftor, glass
	Middag	Alt. 1: Ansjovispanerad fiskgratäng, kokt potatis, broccoli Alt. 2: Köttfärsgröta med russin och curry, yoghurt, ris Alt. 3: Tomat- och lökpizza, vitkålssallad	
<b>SÖNDAG</b> 3/2	Lunch	Alt. 1: Kalvstek, salviagräddsås, potatis, blomkål, vinbärsgele Alt. 2: Bakad potatis med hackat ägg i skaldjurssås Alt. 3: Majs- och potatisbullar, kall örtsås, blomkål	Morotskaka
	Middag	Alt. 1: Provencalsk fläskfärsgratäng, potatisklyftor, romanabönor Alt. 2: Risgrynsgröt, bröd, ost, frukt Alt. 3: Varm linsallad med getostcrème	