

LUNCHMENY

Överkalix kommuns skolor - Vårterminen 2025

	VECKA 2,9,16,23	VECKA 3,10,17,24	VECKA 4,11,18,25	VECKA 5,12,19,26	VECKA 6,13,20	VECKA 7,14,21	VECKA 8,15,22
MÅNDAG Alternativ 1	Köttbullar, brunsås, makaroner	Leverbiff, sås, kokt potatis	Ugnspannkaka	Stekt falukorv, potatismos	Potatisburgare	Palt, lingonsylt	Panerad fisk, kall örtsås, kokt potatis
Alternativ 2	Falafel, kall vitlöksås, makaroner	Broccolimedaljonger, vitlöksdressing, potatis	Dagens soppa	Vegetarisk korv, potatismos	Dagens soppa	Palt utan fläsk, lingonsylt	Grönsaksbiff, kall örtsås, kokt potatis
TISDAG Alternativ 1	Johans favoritfisk, kokt potatis	Cowboysoppa	Kebabpastagrätäng	Köttssoppa, ost	Pannbiff, brunsås, kokt potatis	Fisk under knaprigt täcke, kall örtsås, kokt potatis	Varmkorv, potatismos
Alternativ 2	Grönsaksgrätäng, kokt potatis	Tomatsoppa, ost	Penne pasta med tomatsås	Tomatsoppa, mjukt bröd, ost	Kikärts och morotsbiffar, kall sås, potatis	Rotfruktsgrätäng under knaprigt täcke, kall örtsås, kokt potatis	Vegetarisk korv, potatismos
ONSDAG Alternativ 1	Bönchili, matvete, yoghurt, tortillabröd	Fiskburgare, dressing, hamburgerbröd, klyftpotatis	Kycklingwrap, currydressing	Tikka masala, ris/havreris	Tacobuffé	Lasagne	Kasslergrätäng, ris/matvete
Alternativ 2	Dagens soppa	Dagens soppa	Wrap med kikärter, currydressing	Dagens soppa	Tacobuffé med vegetarisk färs	Vegetarisk lasagne	Rotfruktsgrätäng, ris/matvete
TORSDAG Alternativ 1	Kycklingsoppa, mjukt bröd, ost	Citron och yoghurtkyckling, pasta	Fisksoppa, mjukt bröd, ost	Fiskgrätäng, kokt potatis	Panerad fisk, kall sås, kokt potatis	Orientalisk kycklingryta, ris	Ärtsoppa, ost
Alternativ 2	Currydoftande grönsakssoppa, mjukt bröd, ost	Vegetarisk pastasås, pasta	Krämig rotsakssoppa, mjukt bröd, ost	Ugnsgrotinerade rotfrukter, kokt potatis	Grönsaksgrätäng, kall sås, kokt potatis	Kikärtsgryta, ris	Ärtsoppa utan fläsk
FREDAG Alternativ 1	Korvstroganoff, spagetti	Tortellinigrätäng	Husets köttfärslimpa, gräddsås, stekt potatis	Kycklingwok med nudlar, sweet chilisås	Cajunkryddad kyckling, rostad potatis, mangoraja dressing	Kockens val	Köttfärssås, spagetti
Alternativ 2	Veg stroganoff, spagetti	Dagens soppa	Sojafärslåda, vitlöksdressing, stekt potatis	Grönsakswok med nudlar, sweet chilisås	Grönsaksbiffar, rostad potatis, mangoraja dressing	Kockens val	Belugabolognese, spagetti

Smaklig måltid!

Alla dagar serveras **två alternativ samt salladsbuffé**, mjölk/vatten, hårt bröd och smörgåsmargarin. Reservation för eventuella ändringar.