

# LUNCHMENY

## Överkalix kommuns skolor - Höstterminen 2024

	VECKA 34,41,48	VECKA 35,42,49	VECKA 36,43,50	VECKA 37,44,51	VECKA 38,45	VECKA 39,46	VECKA 40,47
<b>MÅNDAG</b> Alternativ 1	Palt, smör, lingonsylt X	Panerad fisk, kall örtsås, potatis	Köttbullar, brunsås, potatismos	Leverbiff, sås, kokt potatis X	Ugnspannkaka	Stekt falukorv, potatismos X	Potatisburgare
Alternativ 2	Palt utan fläsk, lingonsylt	Grönsaksbiff, kall örtsås, potatis	Falafel, kall vitlökssås, potatismos	Broccolimedaljonger, vitlöksdressing, kokt potatis	Dagens soppa	Vegokorv, potatismos	Dagens soppa
<b>TISDAG</b> Alternativ 1	Korvstroganoff, ris/havreris X	Varmkorv, potatismos	Johans favoritfisk, remouladsås, kokt potatis	Cowboysoppa, ost	Kebabpastagrätäng	Köttssoppa, mjukt bröd, ost	Pannbiff. Brun sås, kokt potatis X
Alternativ 2	Vegetarisk stroga- noff ris/havreris	Vegetarisk korv potatismos	Grönsaksbiff, remouladsås, kokt potatis	Tomatsoppa, ost	Dagens soppa	Tomatsoppa, mjukt bröd, ost	Kikärt- och morotsbiffar, kall sås, potatis
<b>ONSDAG</b> Alternativ 1	Lasagne	Kassler, varm ostsås, rotfruktsgrätäng	Bönchili, matvete, yoghurt, tortillabröd	Fiskburgare, dressing, hamburgerbröd, klyftpotatis	Kycklingwrap med currydressing	Penne pasta med krämig linssås	Tacobuffé
Alternativ 2	Vegetarisk lasagne	Rotfruktssgrätäng varm ostsås, veg biff	Dagens soppa	Dagens soppa	Wrap med kikärter, currydressing	Dagens soppa	Tacobuffé m vegetarisk färs
<b>TORSDAG</b> Alternativ 1	Fisk under knaprigt täckle, kall örtsås, kokt potatis	Ärtsoppa, ost X	Kycklingsoppa, mjukt bröd, ost	Kycklinggryta med grön curry, ris	Fisksoppa, mjukt bröd, ost	Fiskgrätäng, kokt potatis	Panerad fisk, kall sås, potatis
Alternativ 2	Rotfruktsgrätäng under knaprigt täckle, kall örtsås, kokt potatis	Ärtsoppa utan fläsk, ost	Currydoftande grönsakssoppa, mjukt bröd, ost	Quorngröta med grön curry, ris	Krämig rotsakssoppa, mjukt bröd, ost	Ugnsgatinerade rotfrukter, kokt potatis	Grönsaksgrätäng, kall sås, potatis
<b>FREDAG</b> Alternativ 1	Indisk linsoppa, mjukt bröd, ost	Köttfärsås, spagetti	Husets Carbonara med pasta	Tortellinigrätäng	Husets köttfärslimpa, gräddsås, stekt potatis	Kycklingwok med nudlar, sweet chilisås	Cajunkryddad kyckling, rostad potatis, mangorajadressing
Alternativ 2	Dagens soppa	Belugabolognese, spagetti	Vegetarisk pastarätt	Dagens soppa	Sojafärslåda, vitlöksdressing, stekt potatis	Grönsakswok med nudlar, sweet chilisås	Grönsaksbiffar, rostad potatis, mangoraja dressing

### Smaklig måltid!

Alla dagar serveras två alternativ samt salladsbuffé, mjölk/vatten, hårt bröd och smörgåsmargarin. Reservation för eventuella ändringar. X=Innehåller fläskkött/lever