

LUNCHMENY 2026

Vecka 33

Måndag

Kycklinglårfilé med tzatziki, klyftpotatis

Falafel med tzatziki, klyftpotatis

Tisdag

Panerad fisk med potatis och kall sås

Vegobiffar med potatis och kall sås

Onsdag

Chili con carne med ris

Chili sin carne med ris

Torsdag

Potatis & purjolökssoppa med bröd, ost och smör

Fredag

Lasagne med tomat och löksallad

Veg lasange med tomat och löksallad

Ändringar i menyn kan förekomma

INCONTRO
MÅLTIDER ATT SE FRAM EMOT

LUNCHMENY 2026

Vecka 34

Måndag

Korvstroganoff med ris

Sojakorvstroganoff ris

Tisdag

Panerad fisk med kall dillsås samt kokt potatis

Vegetariska biffar med kall dillsås samt kokt potatis

Onsdag

Kycklingkorv med rostad potatis och gurksallad

Sojakorv med rostad potatis och gurksallad

Torsdag

Krämig tomatsoppa med mjukt bröd och ost

Fredag

Pasta bolognese

Vegetarisk pasta bolognese

Ändringar i menyn kan förekomma

INCONTRO
MÅLTIDER ATT SE FRAM EMOT

LUNCHMENY 2026

Vecka 35

Måndag

Falafel med bulgur och kall vitlökssås

Tisdag

Chicken nuggets med ris och sweet chilisås

Green nuggets med ris och sweet chilisås

Onsdag

Fiskgratäng och kokt potatis

Gratinerad blomkål och broccoli med kokt potatis

Torsdag

Stekt korv med makaroner

Stekt vegokorv med makaroner

Fredag

Kebabgryta med ris

Vegetarisk kebabgryta med ris

Ändringar i menyn kan förekomma

INCONTRO
MÅLTIDER ATT SE FRAM EMOT

LUNCHMENY 2026

Vecka 36

Måndag

Kycklingcurry gryta med ris

Kikärtsgryta med ris

Tisdag

Panerad fisk med remouladsås och kokt potatis

Vegetarisk schnitzel med remouladsås och kokt potatis

Onsdag

Pasta med ost och kalkonsås

Pasta med ratatouille

Torsdag

Spenat & ricottafylld tortellini i krämig örtsås

Fredag

Nachotallrik med klassiska tillbehör och kokt bulgur

Vegetarisk nachotallrik med klassiska tillbehör och kokt bulgur

Ändringar i menyn kan förekomma

INCONTRO
MÅLTIDER ATT SE FRAM EMOT

LUNCHMENY 2026

Vecka 37

Måndag

Potatisbullar med tillbehör

Tisdag

Fransk fiskgratäng med kokt potatis

Grönsaksgratäng med kokt potatis

Onsdag

Pasta med vegetarisk pastasås

Torsdag

Gulaschsoppa med gräddfil

Vegetarisk gulaschsoppa och gräddfil

Fredag

Kycklingschnitzel, bearnaisesås med rostad potatis

Vegetarisk schnitzel, bearnaisesås med rostad potatis

Ändringar i menyn kan förekomma

INCONTRO
MÅLTIDER ATT SE FRAM EMOT

LUNCHMENY 2026

Vecka 38

Måndag

Asiatisk kycklinggryta, limeblad, citrongräs, bambu, basmatiris

Asiatisk gryta med sojabitar, basmatiris

Tisdag

Panerad fisk med tartarsås, kokt potatis

Grönsaksbiff med tartarsås, kokt potatis

Onsdag

Jordärtskockssoppa med bröd, smör och ost

Torsdag

Köttbullar med makaroner

Kikärtsbollar med makaroner

Fredag

Kebabgryta med ris

Vegetarisk kebabgryta med ris

Ändringar i menyn kan förekomma

INCONTRO
MÅLTIDER ATT SE FRAM EMOT

LUNCHMENY 2026

Vecka 39

Måndag

Korvstroganoff med ris

Sojakorvstroganoff med ris

Tisdag

Rostad majssoppa med chili och cocos,

Bröd och ost

Onsdag

Fisknuggets med kall dill och gräslökssås rostad potatis

Vegonuggets med kall dill och gräslökssås med rostad potatis

Torsdag

Kycklinggryta med ris

Vegetarisk gryta med ris

Fredag

Pasta med köttfärsås

Pasta med sojafärsås

Ändringar i menyn kan förekomma

INCONTRO
MÅLTIDER ATT SE FRAM EMOT

LUNCHMENY 2026

Vecka 40

Måndag

Kycklingnuggets med sweet chilisås och ris

Vegetariska nuggets med sweet chilisås och ris

Tisdag

Pasta med ost och kalkonsås

Pasta med ostsås

Onsdag

Panerad fisk med rhode islandsås och kokt potatis

Broccolibiffar med rhode islandsås och kokt potatis

Torsdag

Vegetarisk ärtsoppa med pannkakor

Fredag

Kycklinglårfile med tzatziki och rostad potatis

Grönsaksbiff med tzatziki och rostad potatis

Ändringar i menyn kan förekomma

INCONTRO
MÅLTIDER ATT SE FRAM EMOT

LUNCHMENY 2026

Vecka 41

Måndag

Kycklinggryta tikka masala med ris

Grönsakswok med sojadipp ris

Tisdag

Pankobakad fisk med dill och gurksås samt kokt potatis

Onsdag

Potatis och purjolökssoppa med bröd, ost och smör

Torsdag

Ugnsstekt kyckling med tzatziki och rostad potatis

Marinerad Quorn med rostad potatis och tzatziki

Fredag

Köttbullar i tomatsås med pasta

Vegobullar i tomatsås med pasta

Ändringar i menyn kan förekomma

INCONTRO
MÅLTIDER ATT SE FRAM EMOT