

Matsedel



Helsjön folkhögskola

Vecka 42

Måndag	Fisk med sting, potatismos Ugnsbakad squash, potatismos	Dessert Blåbärssoppa
Tisdag	Thaismakande grönsakswok och nudlar Vegetariskt till alla Thaismakande grönsakswok och nudlar	Dessert Chokaldpannacotta
Onsdag	Pepparrotsdoftande korvgryta och potatis Mustig kikärtsgryta och potatis	Dessert Frukt
Torsdag	Marienad ugnstekta kyckling med grönsaker, ris Örtkryddade stekta grönsaker med halloumi, ris	Dessert Frukt
Fredag	Biff Köpenhamn, potatis och sås KRAV-märkt nötfärs (ej fläskfärsen) Tofufärs med kikärter, potatis och sås	Dessert Frukt
Lördag	Safaripanna, ris och tillbehör KRAV-märkt nötkött Böngryta med chilismak, ris och tillbehör	Dessert Glass
Söndag	Köttfärslimpa, potatis och sås KRAV-märkt nötfärs (ej fläskfärsen) Grönsaksbiff, potatis och sås	Dessert Kaka

84 kr. Grönsaker och säsongsanpassat salladsbord, hårt bröd, måltidsdricka/vatten samt kaffe/te ingår.

Med reservation för ändringar.

Lunchservering kl 12-13.00. Om fler än 5 p, ring på förmiddagen. 0320-20 58 35/20 58 36

För lunch på helgen (100 kr), ring senast fredag

www.helsjon.se