



AKTUELLT FRÅN NACKA SENIORCENTER



MENY VECKA 3

Datum	Lunch	Middag
12/1 måndag	1. Pytt i panna med stekt ägg och rödbetor 2. Potatis och purjolökssoppa med smörgås <i>Mellanmål: Fyllda smördegsrullar med feta och hummus</i>	1. Omelett med skinkstuvning 2. Spenatsoppa med ägghalva samt smörgås
13/1 tisdag	1. Stekt fläsk med löksås och kokt potatis 2. Blomkålssoppa med smörgås <i>Mellanmål: Digestivekex med ost</i>	1. Thaigryta med kyckling, ananas och ris 2. Linssoppa med smörgås
14/1 onsdag	1. Panerad fiskfilé med remouladsås och kokt potatis 2. Klassisk köttssoppa med smörgås <i>Mellanmål: Hemkokt kräm med mjölk</i>	1. Pasta köttfärssås 2. Broccolisoppa med ost och smörgås
15/1 torsdag	1. Ärtsoppa med fläsk samt smörgås 2. Vit sparrissoppa med smörgås <i>Pannkakor med jordgubbssylt och grädde</i> <i>Mellanmål: Smoothie</i>	1. Lapskojs med rödbetor 2. Ängamatssoppa (grönsakssoppa med grädde) med smörgås
16/1 fredag	1. Kycklinglårbensfilé med dragonsås och ris 2. Grönärtsoppa med smörgås <i>Mellanmål: Snittar med laxröra och cider</i>	1. Bakad potatis med tonfiskröra 2. Minestrone-soppa med smörgås
17/1 lördag	1. Wallenbergare med potatismos, gräddsås och ärtor 2. Högsbosoppa (Morot, Purjolök, Crème fraiche) med smörgås <i>Mellanmål: Chips, salta pinnar</i> <i>Dessert: Våffla med grädde och sylt</i>	1. Fisk bordelaisesås med citronmajonnäs och kokt potatis 2. Gulaschsoppa med köttfärs och smörgås
18/1 söndag	1. Helstekt fläskkarré med brunsås, brysselkål och kokt potatis 2. Kycklingsoppa med smörgås <i>Mellanmål: Glass med krossad ananas</i> <i>Dessert: Kladdkaka med grädde</i>	1. Köttbullar med brunsås, lingonsylt och kokt potatis 2. Champinjonsoppa med smörgås

Till varje måltid serveras råkostsallad, måltidsdryck, hårt bröd & smör.

(Med reservation för eventuella ändringar.)