

## Meny ÄHO Jokkmokk v. 2,7,12,17,22,27,32,37,42,47,52

### Måndag

- Lunch** Korv stroganoff, ris  
**Lunch 2** Indisk kikärtsgryta  
**Middag** Kålpudding, sås, potatis  
**Middag 2** Gräddstuvad pyttipanna, rödbetor

### Tisdag

- Lunch** Fiskpinnar, sås, potatis, varma grönsaker  
**Lunch 2** Risotto  
**Middag** Blodpudding, baconsås  
**Middag 2** Gräddstuvad pyttipanna, rödbetor

### Onsdag

- Lunch** Wallenbergare, sås, hemlagad potatismos, varma grönsaker  
**Lunch 2** Grönsaksburgare, sås, hemlagad potatismos  
**Middag** Fläksås med minimorötter, potatis  
**Middag 2** Gräddstuvad pyttipanna, rödbetor

### Torsdag

- Lunch** Hedvigsoppa  
**Lunch 2** Tomatsoppa  
**Middag** Fiskgratäng, potatis, varma grönsaker  
**Middag 2** Gräddstuvad pyttipanna, rödbetor

### Fredag

- Lunch** Raggmunk, baconsås  
**Lunch 2** Potatis & rotfruktsgratäng  
**Middag** Kalops, potatis,  
**Middag 2** Gräddstuvad pyttipanna, rödbetor

### Lördag

- Lunch** Biff lindström, sås, potatis, varma grönsaker  
**Middag** Blomkålsgratäng med skinka, potatis  
**Alternativ** Gräddstuvad pyttipanna, rödbetor

### Söndag

- Lunch** Ugnstekta lax, sås, potatis, varma grönsaker  
**Middag** Oxjärpe, sås, potatis, varma grönsaker  
**Alternativ** Gräddstuvad pyttipanna, rödbetor



## Meny ÄHO Jokkmokk v. 3,8,13,18,23,28,33,38,43,48

### Måndag

- Lunch** Gratinerad korv, sås, potatis  
**Lunch 2** Linssås, pasta  
**Middag** Leverbiff, sås, potatis, varma grönsaker  
**Middag 2** Kalvsylta, rödbetssallad, potatis

### Tisdag

- Lunch** Laxbullar sås, potatis, varma grönsaker  
**Lunch 2** Makaronipudding  
**Middag** Stekt fläsk/korv, bruna bönor  
**Middag 2** Kalvsylta, rödbetssallad, potatis

### Onsdag

- Lunch** Köttfärssås, pasta, varma grönsaker  
**Lunch 2** Broccolisås  
**Middag** Fläsklägg, rotmos  
**Middag 2** Kalvsylta, rödbetssallad, potatis

### Torsdag

- Lunch** Potatis & purjolökssoppa  
**Lunch 2** Minestrone-soppa  
**Middag** Fiskpudding, potatis, sås, varma grönsaker  
**Middag 2** Kalvsylta, rödbetssallad, potatis

### Fredag

- Lunch** Köttfärsgröda med rotfrukter, potatis  
**Lunch 2** Vegetarisk tacobuffé  
**Middag** Viltgratäng, varma grönsaker  
**Middag 2** Kalvsylta, rödbetssallad, potatis

### Lördag

- Lunch** Köttkorv, sås, potatis, varma grönsaker  
**Middag** Janssons frestelse  
**Alternativ** Kalvsylta, rödbetssallad, potatis

### Söndag

- Lunch** Grekiska biffar, sås, potatis, varma grönsaker  
**Middag** Currydoftande köttgryta, potatis  
**Alternativ** Kalvsylta, rödbetssallad, potatis



## Meny ÄHO Jokkmokk v. 4,9,14,19,24,29,34,39,44,49

### Måndag

Lunch	Palt, smörsås
Lunch 2	Het grönsaksfräs
Middag	Stekt korv, potatis, stuvad vitkål
Middag 2	Pannbiff, sås, potatis, varma grönsaker

### Tisdag

Lunch	Citrusfisk, potatis, varma grönsaker
Lunch 2	Tikka Masala, potatis
Middag	Köttsoffa med klimp
Middag 2	Pannbiff, sås, potatis, varma grönsaker

### Onsdag

Lunch	Skinksås, pasta, varma grönsaker
Lunch 2	Het linssås
Middag	Pepparrottskött, potatis, varma grönsaker
Middag 2	Pannbiff, sås, potatis, varma grönsaker

### Torsdag

Lunch	Ärtsoppa, plättar
Lunch 2	Veg ärtsoppa
Middag	Skeppartorsk, sås, potatis, varma grönsaker
Middag 2	Pannbiff, potatis, varma grönsaker

### Fredag

Lunch	Kycklingfilé, ris, currysås, varma grönsaker
Lunch 2	Rotfruktsmedaljong, klyftpotatis, varma grönsaker
Middag	Kåldolmar, sås, potatis
Middag 2	Pannbiff, sås, potatis, varma grönsaker

### Lördag

Lunch	Prinskorv, potatis, stuvad grönsaker
Middag	Fläskfilé, sås, rotfruktsgratäng
Alternativ	Pannbiff, sås, potatis, varma grönsaker

### Söndag

Lunch	Kokt fisk, äggsås, potatis, varma grönsaker
Middag	Lammfärsbiff, potatis, sås, varma grönsaker
Alternativ	Pannbiff, sås, potatis, varma grönsaker



## Meny ÄHO Jokkmokk v. 5, 10,15,20,25,30,35,40,45,50,

### Måndag

- Lunch** Pastagrätäng  
**Lunch 2** Grönsakspytt  
**Middag** Fläsk, löksås, potatis  
**Middag 2** Prinskorv, potatis, sås, varma grönsaker

### Tisdag

- Lunch** Stekt regnbåge, sås, potatis, varma grönsaker  
**Lunch 2** Thagrönsaker, grön curry, kokosgrädde  
**Middag** Korvgryta, potatis  
**Middag 2** Prinskorv, potatis, sås, varma grönsaker

### Onsdag

- Lunch** Köttbullar, potatis, sås, varma grönsaker  
**Lunch 2** Falafel med kall sås  
**Middag** Kyckling i ugn, potatis, varma grönsaker  
**Middag 2** Prinskorv, potatis, sås, varma grönsaker

### Torsdag

- Lunch** Blodpalt, sirapssås  
**Lunch 2** Blomkålsgrätäng  
**Middag** Stekt fisk, sås, potatis, varma grönsaker  
**Middag 2** Prinskorv, potatis, sås, varma grönsaker

### Fredag

- Lunch** Vegetarisk schnitzel, klyftpotatis, sås, varma grönsaker  
**Lunch 2** Grönsaksbiff, klyftpotatis, sås, varma grönsaker  
**Middag** Plommonspäckad färslimpa, sås, potatis, varma grönsaker  
**Middag 2** Prinskorv, potatis, sås, varma grönsaker

### Lördag

- Lunch** Inkokt lax, kall sås, potatis, varma grönsaker  
**Middag** Pannbiff, sås, potatis, lök  
**Alternativ** Prinskorv, potatis, sås, varma grönsaker

### Söndag

- Lunch** Isterband, stuvad potatis, varma grönsaker  
**Middag** Skinkstek, sås med svarta vinbär, rotfrukt/potatisklyftor  
**Alternativ** Prinskorv, potatis, sås, varma grönsaker



## Meny ÄHO Jokkmokk v. 6, 11,16,21,26,31,36,41,46,51

### Måndag

- Lunch** Potatisbullar, baconsås, varma grönsaker  
**Lunch 2** Broccolimedaljong  
**Middag** Köttfärsfrestelse, sås, varma grönsaker  
**Middag 2** Köttbullar, sås, potatis, varma grönsaker

### Tisdag

- Lunch** Skavgryta, pasta, varma grönsaker  
**Lunch 2** Mumsig linsgryta  
**Middag** Laxlåda, smörsås, varma grönsaker  
**Middag 2** Köttbullar, sås, potatis, varma grönsaker

### Onsdag

- Lunch** Kycklingkorv, potatismos, sås, varma grönsaker  
**Lunch 2** Morotsbollar, sås, potatis  
**Middag** Makaronipudding, smörsås, varma grönsaker  
**Middag 2** Köttbullar, sås, potatis, varma grönsaker

### Torsdag

- Lunch** Fisksoppa med lax och sej  
**Lunch 2** Sparrissoppa  
**Middag** Stekt korv, stuvade makaroner, varma grönsaker  
**Middag 2** Köttbullar, sås, potatis, varma grönsaker

### Fredag

- Lunch** Kalvsylta, rödbetssallad, potatis  
**Lunch 2** Green nuggets  
**Middag** Renskav, hemlagad potatismos, sås, varma grönsaker  
**Middag 2** Köttbullar, sås, potatis, varma grönsaker

### Lördag

- Lunch** Inlagd sill, gräddfilssås, ägg, potatis  
**Middag** Talvatisgratäng, sås  
**Alternativ** Köttbullar, sås, potatis, varma grönsaker

### Söndag

- Lunch** Gräddstuvad Pytt i panna, ugnstekta rödbetsklyftor.  
**Middag** Helstekt karré, potatisgratäng, sås, varma grönsaker  
**Alternativ** Köttbullar, sås, potatis, varma grönsaker



