

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

### Måndag

- Lunch** Kökets gratäng, sås  
**Middag** Kålpudding, sås, potatis  
**Alternativ** Gräddstuvad pyttipanna, rödbetor

### Tisdag

- Lunch** Fiskpinnar, sås, potatis, varma grönsaker  
**Middag** Blodpalt, sirapssås  
**Alternativ** Gräddstuvad pyttipanna, rödbetor

### Onsdag

- Lunch** Panbiff, sås, potatis, varma grönsaker  
**Middag** Fläsksås med minimorötter, potatis  
**Alternativ** Gräddstuvad pyttipanna, rödbetor

### Torsdag

- Lunch** Hedvigsoppa med färs, vitkål, potatis  
**Middag** Fiskgratäng, sås, potatis, varma grönsaker  
**Alternativ** Gräddstuvad pyttipanna, rödbetor

### Fredag

- Lunch** Klimatsmart lasagne, sås  
**Middag** Kalops, potatis,  
**Alternativ** Gräddstuvad pyttipanna, rödbetor

### Lördag

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

### Söndag

- Lunch** Ugnstekt regnbåge, 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** Raggmunk,baconsås  
**Middag** Leverbiff, sås, potatis, varma grönsaker  
**Alternativ** Kalvsylta, rödbetssallad, potatis

### Tisdag

- Lunch** Sprödbakad västerhavsfisk husets sås, potatis, varma grönsaker  
**Middag** Stekt fläsk/korv, bruna bönor, sås  
**Alternativ** Kalvsylta, rödbetssallad, potatis

### Onsdag

- Lunch** Köttfärssås, pasta, varma grönsaker  
**Middag** Fläsklägg, rotmos, sås  
**Alternativ** Kalvsylta, rödbetssallad, potatis

### Torsdag

- Lunch** Krämig Potatis & purjolökssoppa med grädde och ostcrémé  
**Middag** Fiskpudding, potatis, sås, varma grönsaker  
**Alternativ** Kalvsylta, rödbetssallad, potatis

### Fredag

- Lunch** Köttfärsgröta med rotfrukter, potatis, sås  
**Middag** Viltgratäng, sås, varma grönsaker  
**Alternativ** Kalvsylta, rödbetssallad, potatis

### Lördag

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

### Söndag

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



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

### Måndag

- Lunch** Palt, smörsås  
**Middag** Stekt korv,sås, potatis, stuvad vitkål  
**Alternativ** Pannbiff, sås, potatis, varma grönsaker

### Tisdag

- Lunch** Citruskryddad sej, cremé fraiche,ostcremé, sås, potatis, varma grönsaker  
**Middag** Köttsoffa med klimp  
**Alternativ** Pannbiff, sås, potatis, varma grönsaker

### Onsdag

- Lunch** Wallenbergare, potatismos, sås, varma grönsaker  
**Middag** Pepparrotskött,sås, potatis, varma grönsaker  
**Alternativ** Pannbiff, sås, potatis, varma grönsaker

### Torsdag

- Lunch** Ärtsoppa, plättar  
**Middag** Laxbullar i sås, potatis, varma grönsaker  
**Alternativ** Pannbiff, sås, potatis, varma grönsaker

### Fredag

- Lunch** Kycklingfilé, ris, kökets currysås, varma grönsaker  
**Middag** Kåldolmar, sås, potatis  
**Middag 2** Pannbiff, sås, potatis, varma grönsaker

### Lördag

- Lunch** Prinskorv, sås, 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** Gratinerad korv, sås, potatis, varma grönsaker  
**Middag** Fläsk, löksås, potatis  
**Alternativ** Prinskorv, potatis, sås, varma grönsaker

### Tisdag

- Lunch** Skeppartorsk, sås, potatis, varma grönsaker  
**Middag** Korvgryta, sås, potatis  
**Alternativ** Prinskorv, potatis, sås, varma grönsaker

### Onsdag

- Lunch** Köttbullar, potatis, sås, varma grönsaker  
**Middag** Makaronipudding, smörsås, varma grönsaker  
**Alternativ** Prinskorv, potatis, sås, varma grönsaker

### Torsdag

- Lunch** Grillkorv, potatismos, sås, varma grönsaker  
**Middag** Stekt fisk, sås, potatis, varma grönsaker  
**Alternativ** Prinskorv, potatis, sås, varma grönsaker

### Fredag

- Lunch** Vegetarisk schnitzel, klyftpotatis, sås, varma grönsaker  
**Middag** Plommonspäckad färslimpa, sås, potatis, varma grönsaker  
**Alternativ** 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, sås, 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  
**Middag** Fläskpannkaka, sås, varma grönsaker  
**Alternativ** Köttbullar, sås, potatis, varma grönsaker

### Tisdag

- Lunch** Skavgryta, sås, pasta, varma grönsaker  
**Middag** Laxlåda, smörsås, varma grönsaker  
**Alternativ** Köttbullar, sås, potatis, varma grönsaker

### Onsdag

- Lunch** Morotsbollar, potatismos, sås, varma grönsaker  
**Middag** Kyckling i ugn, potatis, sås, varma grönsaker  
**Älternativ** Köttbullar, sås, potatis, varma grönsaker

### Torsdag

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

### Fredag

- Lunch** Kalvsylta, rödbetssallad, potatis  
**Middag** Renskav, hemlagad potatismos, sås, varma grönsaker  
**Alternativ** 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, sås, ugnstekta rödbetsklyftor.  
**Middag** Helstekt karré, potatisgratäng, sås, varma grönsaker  
**Alternativ** Köttbullar, sås, potatis, varma grönsaker

