

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

Måndag

Lunch	Korv stroganoff, ris
Lunch 2	Bönstroganoff
Middag	Kålpudding, sås, potatis
Middag 2	Gräddstuvad pyttipanna, rödbetor

Tisdag

Lunch	Fiskpinnar, sås, potatis, varma grönsaker
Lunch 2	Indisk kikärtsgryta, potatis
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	Köttsoppa med klimp
Lunch 2	Tomatsoppa
Middag	Fiskgratäng, potatis
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	Varmrökt jägerkryddad laxfilé, sås, potatis
Middag	Oxjärke, 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, potatis
Lunch 2 Linssås, pasta
Middag Leverbiff, sås, potatis, varma grönsaker
Middag 2 Kalvsylta, rödbetssallad, potatis

Tisdag

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

Onsdag

- Lunch** Renshav, hemlagad potatismos, varma grönsaker
Lunch 2 Morotsbullar
Middag Fiskbiffar, sås, potatis, varma grönsaker
Middag 2 Kalvsylta, rödbetssallad, potatis

Torsdag

- Lunch** Potatis & purjolökssoppa
Lunch 2 Broccolisoppa
Middag Fläsklägg, rotmos
Middag 2 Kalvsylta, rödbetssallad, potatis

Fredag

- Lunch** Köttfärgsryta 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	Laxsås, potatis, varma grönsaker
Lunch 2	Tikka Masala, potatis
Middag	Bondsoppa
Middag 2	Pannbiff, sås, potatis, varma grönsaker

Onsdag

Lunch	Färsfrestelse, varma grönsaker
Lunch 2	Grönsaksfrestelse
Middag	Pepparrotskött, potatis, varma grönsaker
Middag 2	Pannbiff, sås, potatis, varma grönsaker

Torsdag

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

Fredag

Lunch	Älgskav, klyftpotatis, pepparsås, varma grönsaker
Lunch 2	Vegetarisk selleristick, klyftpotatis, pepparsås, varma grönsaker
Middag	Kåldolmar, sås, potatis
Middag 2	Pannbiff, sås, potatis, varma grönsaker

Lördag

Lunch	Prinskorv, potatis, stuvad grönsaker
Middag	Fläskfilè, 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** Tortellinigratäng
Lunch 2 Tex Mex gryta, ris
Middag Fläsk, löksås, potatis
Middag 2 Köttbullar, sås, potatis, varma grönsaker

Tisdag

- Lunch** Fiskburgare, hemlagad potatismos, varma grönsaker
Lunch 2 Greenburger, potatis
Middag Korvgryta, potatis
Middag 2 Köttbullar, sås, potatis, varma grönsaker

Onsdag

- Lunch** Köttfärssås, spaghetti
Lunch 2 Broccolisås, spaghetti
Middag Kyckling i ugn, potatis, varma grönsaker
Middag 2 Köttbullar, sås, potatis, varma grönsaker

Torsdag

- Lunch** Blodpalt, sirapssås
Lunch 2 Blomkålsgratäng
Middag Stekt fisk, sås, potatis, varma grönsaker
Middag 2 Köttbullar, sås, potatis, 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 Köttbullar, sås, potatis, varma grönsaker

Lördag

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

Söndag

- Lunch** Isterband, stuvad potatis, varma grönsaker
Middag Skinkstek, sås med svarta vinbär, rotfrukt/potatisklyftor
Alternativ Köttbullar, sås, potatis, 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 Nikkaluoktasoppa
Middag 2 Prinskorv, potatis, sås, varma grönsaker

Tisdag

- Lunch** Älgskavsgryta, pasta, varma grönsaker
Lunch 2 Vegops, pasta
Middag Laxlåda, smörsås, varma grönsaker
Middag 2 Prinskorv, potatis, sås, varma grönsaker

Onsdag

- Lunch** Köttbullar, sås, potatis, varma grönsaker
Lunch 2 Falafel, sås, potatis
Middag Makaronipudding, smörsås, varma grönsaker
Middag 2 Prinskorv, potatis, sås, varma grönsaker

Torsdag

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

Fredag

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

Lördag

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

Söndag

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



