

Lunchmeny Matkällaren

Vecka 36

5 – 9 september

Klimatpåverkan

- **Hög:** ≥ 2,0kg CO₂-ekv/port
- **Mellan:** 0,5-2,0kg CO₂-ekv/port
- **Låg:** ≤ 0,5kg CO₂-ekv/port



CO₂-ekvivalenter =
En enhet som gör det
möjligt att jämföra olika
livsmedels klimatpåverkan.
Ju lägre värde desto bättre!

Källa: Världsnaturfonden


Måndag

Varmrätt	GF Köttfärslimpa, svampsås, potatis rostade grönsaker och lingonsylt	2,8
Matlåda	Välj från vår kyldisk	
Soppa	GF Mexikansk fisksoppa serveras med yoghurtklick	0,4
Sallad	GF Räksallad serveras med valfri dressing	0,7




Tisdag

Varmrätt	Pastagrätäng med kyckling, tomat och oregano serveras med broccoli	0,7
Matlåda	Välj från vår kyldisk	
Soppa 	GF Blomkålssoppa med lagrad ost serveras med chorizoslantar	0,6
Sallad 	Fetaost- och mangosallad serveras med valfri dressing	0,6



Onsdag

Varmrätt	Stekt hokifilé serveras med hollandaisesås, potatis, ärter och citronklyfta	0,9
Matlåda	Välj från vår kyldisk	
Soppa	Thaisoppa med kyckling	0,2
Sallad 	Caesarsallad med kyckling och bacon	1,2



Torsdag

Varmrätt 	Svampbiffar med fetaost, klyftpotatis, vitlöksyoghurt, marinerade grönsaker	0,8
Matlåda	Välj från vår kyldisk	
Soppa 	GF Ärtsoppa med fläsk / Ärtsoppa med rotfrukter	0,3/0,1
Pannkaka	Serveras med jordgubbssylt och vispad gräde	0,5
Sallad 	Chevrésallad med rödbetor serveras med valfri dressing	0,5

Fredag

Varmrätt 	GF Lågtempad fläskkarré, pepparsås rostad potatis med grönsaker, picklad morot	1,2
Dessert	Fredagsgott ingår i dagens lunch	
Matlåda	Välj från vår kyldisk	
Soppa 	GF Grön ärtsoppa med pepparrotsfraiche	0,5
Sallad	GF Tacosallad serveras med salsasås och nachos	0,9

Reservation för eventuella ändringar

GF = Rätten är glutenfri
 = Rätten innehåller fläskkött
 = Vegetarisk, kan innehålla mjölk och ägg

Regionservice, kostavdelningen
 E-post: kostavd@regionorebrolan.se
 Telefon: 019-602 31 08