

Lunchmeny USÖ

Vecka 35

29 augusti – 2 september




Klimatpåverkan

- Hög: $\geq 2,0$ kg CO₂-ekv/port
- Mellan: 0,5-2,0kg CO₂-ekv/port
- Låg: $\leq 0,5$ kg CO₂-ekv/port



Källa: Världsnaturfonden

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




Måndag

		CO₂- ekv/kg
Varmrätt	GF Ångad kolja serveras med äggsås, potatis och dillrostade morötter	0,7
Varmrätt	Dagens hållbara måltid	0,5
Varmrätt 	Broccoligratäng med lagrad ost, stekt potatis och dillrostade morötter	0,5
Soppa 	Champinjonsoppa serveras med krutonger	1,3
Sallad 	Grekisk sallad med melon serveras med valfri dressing	0,8






Tisdag

Varmrätt	Köfte serveras med couscous, yoghurtsås, tomatsallad med mynta	1,0
Varmrätt	Dagens hållbara måltid	0,5
Varmrätt 	Pizza med tomater, champinjoner och ost	1,0
Soppa	GF Rindö fisksoppa med tomat och dill	0,3
Sallad 	Italiensk kycklingsallad serveras med valfri dressing	0,9



Onsdag

Varmrätt	Kycklinggryta med ädelost, tagliatelle och marinerade haricots verts	0,8
Varmrätt	Stekt sillflundra serveras med potatismos, kalla ärter och lingonsylt	0,2
Varmrätt 	Krämig pasta med lagrad ost, spenat och svamp serveras med haricots verts	0,8
Soppa  	GF Rotsellerisoppa serveras med salamichips	0,8
Sallad	Caesarsallad med kräftstjärtar och knaperstekt lax	0,8

Torsdag

Varmrätt	GF Grekiska färsbiffar serveras med tzatziki, klyftpotatis och grönsaker	1,0
Varmrätt 	Zucchini-biffar serveras med tzatziki, klyftpotatis och grönsaker	0,3
Soppa 	GF Ärtsoppa med fläsk	0,3
Soppa 	GF Vegetarisk ärtsoppa med rotfrukter	0,1
Pannkaka 	Serveras med jordgubbssylt och lättvispad gräde	0,5
Sallad 	Ostsallad med picklad rödlök serveras med valfri dressing	0,8

Fredag

Varmrätt	GF Ugnstekt lax serveras med dillmajonnäs, potatis och ångade buketter	0,5
Varmrätt 	Tortellinigratäng serveras med ångade buketter	0,5
Dessert	Fredagsgott ingår i dagens lunch	
Soppa 	GF Krämig broccoli- och palsternackssoppa med ädelost	0,5
Sallad	GF Laxsallad med quinoa och ägg serveras med valfri dressing	0,3

Veckans lättlunch: Bakad potatis: Skaldjursröra, kycklingröra med curry eller ägg- och linsröra