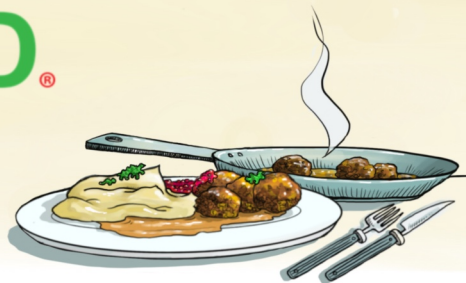




SKOLMATSEDEL v. 51



måndag
17 december



GULASCHGRYTA PÅ NÖTFÄRS MED KOKT POTATIS

Matig och god variant på klassisk gulasch som vi gör på svensk KRAV-märkt nötfärs, ekologiska tomater, KRAV-märkta och ekologiska grönsaker och rotsaker. Vi serverar grytan med närodlad kokt KRAV-potatis.

Kalorier: 573kcal Lokalt producerat: 5% Ekologisk/KRAV: 95% CO2e/portion: 2,83 kg

VEGETARISKT ALTERNATIV:

Vegetarisk gulaschgryta med kokt potatis

tisdag
18 december



SPAGETTI MED SAFFRANSDOFTANDE FISK & SKALDJURSSÅS

Lyxig pastarätt med en smakrik och krämig pastasås som vi gör på räkor och fisktärningar av sej från hållbart fiske, KRAV-märkta rotsaker, laktosfri grädde, KRAV-märkt citronjuice, saffran och dill.

Kalorier: 744kcal Lokalt producerat: 5% Ekologisk/KRAV: 60% CO2e/portion: 0,73 kg

VEGETARISKT ALTERNATIV:

Spagetti med ajvar & spenatsås

onsdag
19 december



JULBORD

Idag är det julbord med våra köttbullar som vi gör på svensk KRAV-märkt nötfärs, svensk kycklingprinskorv, svensk julsinka, ägghalvor med dillmajonnäs, vår egengjorda ketchup på ekologiska tomater, kokt svensk kulpotatis och vår egen rödbetssallad.

Kalorier: 914kcal Lokalt producerat: 70% Ekologisk/KRAV: 35% CO2e/portion: 4,8 kg

VEGETARISKT ALTERNATIV:

Vegetariskt julbord

torsdag
20 december



POTATIS- OCH GRÖNKÅLSSOPPA MED PANNKAKA & SYLT

KRAV-märkta råvaror som närodlad potatis, grönkål, blomkål, spenat, laktosfri mjölk och grädde är ingredienser i den här matiga vegetariska soppan som passar julen till. Soppan serveras med KRAV-märkta pannkakor och klassisk pannkakssylt.

Kalorier: 783kcal Lokalt producerat: 30% Ekologisk/KRAV: 95% CO2e/portion: 0,65 kg

VEGETARISKT ALTERNATIV:

-

fredag
21 december



TACORISOTTO MED KYCKLING & KALL MEXDRESSING

Svensk kycklingfärs, ekologiskt ris, röd paprika (KRAV) och majs (KRAV) är ingredienser i den här smarriga risrätten som vi smaksätter med vår egen tacokryddning på ekologiska kryddor. Serveras med en kall dressing baserad på yoghurt, majonnäs och tomatpuré

Kalorier: 820kcal Lokalt producerat: 5% Ekologisk/KRAV: 60% CO2e/portion: 0,66 kg

VEGETARISKT ALTERNATIV:

Vegetarisk tacorisotto med kall mexdressing