



SÖDERKÖPING.SE

# Meny seniorcenter Blå Porten

## Januari-mars 2025

### Kostenheten Storängsköket

Beställning av lunch görs senast klockan 10.00 en dagen före. Du kan beställa din lunch på telefonnummer 0121- 233 10 eller på den digitala länken på vår hemsida. Telefontid är mellan klockan 08.00-10.00. Om du får förhinder är vi tacksamma om du avbokar din lunchbeställning senast kl. 10.00 dagen innan. Det går också bra att beställa lunch på Seniorcenter där vi har beställningslistor

Med vänlig hälsning Seniorcenters personal

#### Vecka 1

Onsdag 1 januari	<b>Nyårsdagen</b>
Torsdag 2 januari	Köttfärssås med pasta grönsaksblandning
Fredag 3 januari	Stekt fisk med äpple- och basilikadressing och potatis ärtor

#### Vecka 2

Måndag 6 januari	<b>Trettendedag jul</b>
Tisdag 7 januari	Raggmunk med stekt fläsk lingonsylt grönsaksblandning
Onsdag 8 januari	Pepparrotskött med potatis morötter
Torsdag 9 januari	Kåldolmar med sås och potatis lingonsylt rostade betor
Fredag 10 januari	Stekt strömming med potatismos grönsaker

#### Vecka 3

Måndag 13 januari	Köttbullar med grönsaksgratäng och lingonsylt blomkål
Tisdag 14 januari	Isterband med persiljestuvad potatis rödbetor broccoli
Onsdag 15 januari	Stekt fläsk med löksås och potatis amerikansk grönsaksblandning
Torsdag 16 januari	Fiskgratäng med saltorkade tomater och squash potatismos bukettgrönsaker
Fredag 17 januari	Biff Lindström med gräddsås och potatis rostade rotfrukter



SÖDERKÖPING.SE

# Meny seniorcenter Blå Porten Januari-mars 2025 Kostenheten Storängsköket

Beställning av lunch görs senast klockan 10.00 en dagen före. Du kan beställa din lunch på telefonnummer 0121- 233 10 eller på den digitala länken på vår hemsida. Telefontid är mellan klockan 08.00-10.00. Om du får förhinder är vi tacksamma om du avbokar din lunchbeställning senast kl. 10.00 dagen innan. Det går också bra att beställa lunch på Seniorcenter där vi har beställningslistor

Med vänlig hälsning Seniorcenters personal

## Vecka 4

Måndag 20 januari	Portergryta med potatis rostade betor
Tisdag 21 januari	Fiskgratäng Julienne med potatismos brysselkål
Onsdag 22 januari	Pannbiff med lök sås och potatis lingonsylt grönsaksblandning
Torsdag 23 januari Dessert soppa	Ärtsoppa med fläsk mjukt bröd ost Pannkaka med sylt
Fredag 24 januari	Stekt salt sill med löksås och potatis grönsaksmix

## Vecka 5

Måndag 27 januari	Kalops(fläskkött) och potatis rödbetor euromix
Tisdag 28 januari	Salsicciabiffar med potatisgratäng äppletzatziki morötter
Onsdag 29 januari	Ugnstekt falukorv med palsternacksmos ugnstekt broccoli
Torsdag 30 januari	Kökets pankopanerade flundra med rom- och räksås potatis ärtor
Fredag 31 januari	Helstekt kotlettrad med gräddsås och potatis stekta äpplen med rosmarin

## Vecka 6

Måndag 3 februari	Fylld köttfärslimpa med sås och stekt potatis lingonsylt rostade morötter
Tisdag 4 februari	Köttkorv med rotfruktsmos grönsaksblandning
Onsdag 5 februari	Fiskgratäng med citronsås och duchessepotatis broccoli/gulmorot
Torsdag 6 februari	Dillkött och potatis klostergrönsaker
Fredag 7 februari	Kyckling i äppelsås med baconströ klyftpotatis rostade gulbetor



SÖDERKÖPING.SE

# Meny seniorcenter Blå Porten

## Januari-mars 2025

### Kostenheten Storängsköket

Beställning av lunch görs senast klockan 10.00 en dagen före. Du kan beställa din lunch på telefonnummer 0121- 233 10 eller på den digitala länken på vår hemsida. Telefontid är mellan klockan 08.00-10.00. Om du får förhinder är vi tacksamma om du avbokar din lunchbeställning senast kl. 10.00 dagen innan. Det går också bra att beställa lunch på Seniorcenter där vi har beställningslistor

Med vänlig hälsning Seniorcenters personal

#### Vecka 7

Måndag 10 februari	Currydoftande kycklinggryta med potatis grönsaksblandning
Tisdag 11 februari	Stekt falukorv med stuvad spenat och potatis morötter
Onsdag 12 februari	Lasagne euromix
Torsdag 13 februari	Fiskgryta med räkor potatis aioli broccoli
Fredag 14 februari	Köttfärs i ugn med sås och potatis lingonsylt slottsgrönsaker

#### Vecka 8

Måndag 17 februari	Krispig kyckling med dragonsås och ris klostergrönsaker
Tisdag 18 februari	Stekt fisk med kall dillsås och potatis broccoli
Onsdag 19 februari	Kökets färsbiffar med gräddsås och potatisgratäng gelé rostade morötter
Torsdag 20 februari	Isterband med persiljestuvad potatis rödbetor euromix
Fredag 21 februari	Pepparrotskött med potatis rostade betor

#### Vecka 9

Måndag 24 februari	Köttfärsgratäng med potatis morotsmix
Tisdag 25 februari	Kryddig korv- och grönsaksgryta med potatis broccoli
Onsdag 26 februari	Panerad fisk med tartarsås och potatis brysselkål
Torsdag 27 februari	Köttfärssoppa mjukt bröd ost
Dessert soppa	Pannkaka med sylt
Fredag 28 februari	Kålpudding (Östgötagris) med gräddsås och potatis lingonsylt picklade betor



SÖDERKÖPING.SE

# Meny seniorcenter Blå Porten

## Januari-mars 2025

### Kostenheten Storängsköket

Beställning av lunch görs senast klockan 10.00 en dagen före. Du kan beställa din lunch på telefonnummer 0121- 233 10 eller på den digitala länken på vår hemsida. Telefontid är mellan klockan 08.00-10.00. Om du får förhinder är vi tacksamma om du avbokar din lunchbeställning senast kl. 10.00 dagen innan. Det går också bra att beställa lunch på Seniorcenter där vi har beställningslistor

Med vänlig hälsning Seniorcenters personal

#### Vecka 10

Måndag 3 mars	Raggmunk med baconfräs lingonsylt amerikansk grönsaksblandning
Tisdag 4 mars	Kokt fisk (Hoki) med ägg- och persiljesås och potatis klostergrönsaker
Onsdag 5 mars	Bruna bönor med stekt fläsk och potatis grönsaksmix
Torsdag 6 mars	Kyckling med päron- och myntasås ris broccoli
Fredag 7 mars	Skinkstek med svartvinbärssås och potatis rostade morötter

#### Vecka 11

Måndag 10 mars	Stekt sill med löksås och potatis bukettgrönsaker
Tisdag 11 mars	Kökets järpar med gräddsås och potatis lingonsylt romanescoblandning
Onsdag 12 mars	Krämig kyckling med potatisgratäng grönsaksblandning
Torsdag 13 mars	Ugnstekt falukorv med potatismos morotsmix
Fredag 14 mars	Ugnsbakad sejrygg med apelsinmorötter och rostad potatis klostergrönsaker

#### Vecka 12

Måndag 17 mars	Isterband med dillstuvad potatis rödbetor brysselkål
Tisdag 18 mars	Köttfärslimpa med ajvarsås och stekt potatis lingonsylt bönor
Onsdag 19 mars	Fläskköttgryta med jordärtskocka och chorizo potatis grönsaksblandning
Torsdag 20 mars	Fläskkorv med senapsås och potatismos broccoli
Fredag 21 mars	Panerad flundra med dillsås och potatis euromix

#### Vecka 13

Måndag 24 mars	Kalops(fläskkött) med potatis rödbetor broccoli
Tisdag 25 mars	Orientalisk fiskgratäng och potatismos grönsaksblandning
Onsdag 26 mars	Grekiska kycklingbiffar med svampsås och rostad potatis lingonsylt bönor
Torsdag 27 mars	Gulaschsoppa på nötkött vitlökstoppling mjukt bröd ost
Dessert soppa	Pannkaka med sylt
Fredag 28 mars	Stekt strömming med dillsmör och potatispuré ärtor