

## Meny läsåret 21/22

### Vecka: 37, 43, 49, 5, 11, 18, 24

Måndag:	Dhal med ris och sallad, gurka, tomat, dressing
Tisdag:	Panerad fisk/bönbiffar, potatismos och pizzasallad
Onsdag:	Carne de vaca com caril de amendoim/dhal, xima, ris och bönsallad
Torsdag:	Kycklinggryta/ vegetarisk korvgryta med kokossås, ris och majs och morotsstavar
Fredag:	Köttfärssoppa/grönsakssoppa och bröd

### Vecka: 32, 38, 44, 50, 6, 12, 19, 25

Måndag:	Vegetarisk lasagne med bönsallad
Tisdag:	Feijoada com frango, xima, ris och varm sallad
Onsdag:	Hamburgare/bönbiffar med bröd, dressing och sallad
Torsdag:	Panerad fisk/bönbiffar, potatismos och pizzasallad
Fredag:	Tomatsoppa med pasta och bröd och skivat ägg

### Vecka: 33, 39, 45, 51, 7, 13, 20

Måndag:	Bönbiffar och potatisgratäng sallad, gurka, tomat och dressing
Tisdag:	Spaghetti, köttfärssås/tomatsås och bönsallad
Onsdag:	Grillad kyckling/bönbiffar, potatisbåtar och pizzasallad
Torsdag:	Peixe Moqueca/kikärtsgryta, xima, ris och majs, gurka och tomat
Fredag:	Bröd med Badjia (friterade kikärtsbullar) tomat och sallad

### Vecka: 34, 40, 46, 2, 8, 14, 21

Måndag:	Pastasallad med skinka och yoghurtsås
Tisdag:	Tacoböngryta/Tacopaj med ris sallad, tomat, gurka, dressing
Onsdag:	Pizza med skinka och ananas och pizzasallad
Torsdag:	Matapa com camarão pequeno, xima, ris och grönsallad med tomat gruka och dressing
Fredag:	Potatissoppa med bröd och skrivat ägg

### Vecka: 35, 41, 47, 3, 9, 16, 22

Måndag:	Kikärtsgryta med ris och morotsstavar
Tisdag:	Fisk i ugn med kokosmjölk och ingefära
Onsdag:	Lasagne/vegetarisk lasagne och bönsallad
Torsdag:	Kyckling zambeziana/bönbiffar med kokosris sallad, tomat, gurka, dressing
Fredag:	Pannkakor/crêpes

### Vecka: 36, 42, 48, 4, 10, 17, 23

Måndag:	Fiskburgare/bönbiffar med bröd, dressing och sallad
Tisdag:	Mucapata med kyckling och bönsallad
Onsdag:	Korvstroganoff/vegetarisk korv stoganoff, ris och varm sallad
Torsdag:	Kyckling Guinea Bissau/vegetarisk korvgryta, ris och varm sallad
Fredag:	Sötpotatis och bönsoppa

### Mellanmål

Måndag:	Filmjölksbröd med skivat ägg och morot
Tisdag:	Havrefrallor med ost och halvt äpple
Onsdag:	Filmjölksbröd med ost och morot
Torsdag:	Havrefrallor med skivat ägg och halvt äpple