

## TIMBALKOST

### Vecka 1

#### Måndag

#### *UDDA VECKA*

Alt 1

Skinka med äppelcidarsås, potatismos och morot. Citronfromage

Alt 2

Pannbiff med gräddsås, potatismos och morot. Jordgubbssorbet

#### Tisdag

Alt 1

Dillkött med potatismos och morot. Blåbär- och aprikospaj, vispad grädde

Alt 2

Kyckling med dragonsås, potatismos och morot. Smoothie med svart vinbär

#### Onsdag

Alt 1

Lax med morotssås, potatismos och majs. Äppelkompott med kanelgrädde

Alt 2

Kyckling i picant tomatsås, ris och blomkål. Bärkräm

#### Torsdag

Alt 1

Köttbullar med gräddsås, potatismos och morot. Pannkaka med syltade äpplen och päron

Alt 2

Skånsk kalops med potatismos, morot och rödbetsgelé. Apelsinsoppa med aprikoser, yoghurtgrädde

#### Fredag

Alt 1

Korv med paprikasås, potatismos och broccoli. Ananaspaj med vaniljsås

Alt 2

Skinka med äppelcidarsås, potatismos och morot. Päronkräm med vispgrädde

#### Lördag

Alt 1

Gräddig kycklinggryta med citron, champinjoner, potatismos och morot. Vaniljpannacotta med jordgubbsås

Alt 2

Bryggmästarbiff med potatismos och broccoli. Chokladpudding med turkisk yoghurt

#### Söndag

Alt 1

Torsk med dillsås, potatismos och morot. Exotisk fruktgelé med yoghurtgrädde

Alt 2

Korvtimbal med rödvinssås, potatismos och broccoli. Bärkräm

## TIMBALKOST

### Vecka 2

#### Måndag

#### *JÄMN VECKA*

Alt 1

Köttfärssås med potatismos och broccoli. Citronfromage

Alt 2

Kyckling med tomatsås, ris och blomkål. Havtornssorbet

#### Tisdag

Alt 1

Kålpudding med skysås, lingongele, potatismos och morotstimbal. Blåbär- och aprikospaj, vispad grädde

Alt 2

Torsk med gröncurry, ristimbal och broccolitimbal. Bärkräm med vispad grädde

#### Onsdag

Alt 1

Kyckling med currysås, potatismos och broccoli. Äppelkompott med kanelgrädde

Alt 2

Korv med senapssås, potatismos och blomkål. Smoothie med blåbär

#### Torsdag

Alt 1

Skinka med äppelcidarsås, potatismos och morot. Solskenssoppa med vispgrädde

Alt 2

Lax med citronsås, potatismos och broccoli. Äppel- och päronkaka med vispgrädde

#### Fredag

Alt 1

Ungersk gulaschgryta med ris och morot. Ljus kolakräm med vispgrädde

Alt 2

Asiatisk kycklingsoppa med ris och broccoli. Ananaspaj med vaniljsås

#### Lördag

Alt 1

Fläsksauté med örtsås, potatismos och morot. Vaniljpannacotta med jordgubssås

Alt 2

Torsk med med pepparrotssås, potatismos och morot. Bärkompott

#### Söndag

Alt 1

Lax med dillsås, potatismos och morot. Exotisk fruktgelé med yoghurtgrädde

Alt 2

Biff curry med ris och blomkål. Apelsinsoppa med aprikoser, yoghurtgrädde