



**Fettreducerad kost - MIDSOMMAR**  
**Lunch och Middag Universitetssjukhuset**

Basmeny 3

**Vecka 25**

Måndag	Lunch	Pasta, köttfärssås (nötfärs)	Blandad grönsallad	
	Dessert	Päronkräm alt.frukt		
	Middag	Fläskgryta med grönsaker, soja, ingefära, jasminris*		Ljummen bönsallad
	Dessert	Äppelkompott med kanel alt.frukt		
Tisdag	Lunch	Pocherad kummel, örtsås, ris	Rårivna morötter	
	Dessert	Marinerad mango alt.frukt	Grönsallad med gurka, majs	
	Middag	Kycklinggryta med senap, persilja, kokt potatis		
	Dessert	Persikor alt.frukt		
Onsdag	Lunch	Nötfärsbiff, skysås, kokt potatis, inlagd gurka*	Kokt broccoli	
	Dessert	Björnbärskräm alt.frukt	Kokta morötter med persilja	
	Middag	Pasta, skinksås*		
	Dessert	Fruktcocktail alt.frukt		
Torsdag	Lunch	Ängamatsoppa, bröd, marmelad	Blandad grönsallad	
	Dessert	Jordgubbskräm alt.frukt	Kokta romanabönor	
	Middag	Fiskgryta med kokosmjök, curry, ris		
	Dessert	Katrinplommonkompott alt.frukt		
Fredag	Lunch	Fiskgratäng med tomat- & basilika, kokt potatis	Kokta bukettgrönsaker	
	Dessert	Färska jordgubbar alt.frukt	Haricot verts med lök	
	Middag	Nötköttsgryta med rödvin, rotfrukter, kokt potatis		
	Dessert	Hallonkräm alt.frukt		
Lördag	Lunch	Wok med kyckling, ingefära, chili, jasminris	Kokt majs	
	Dessert	Jordgubbskräm alt.frukt	Kokta morötter med persilja	
	Middag	Pankobakad sejfilé, örtyoghurt, kokt potatis		
	Dessert	Fruksallad alt.frukt		
Söndag	Lunch	Dillbakad hoki, vitvinsås, kokt potatis, citron	Blandad grönsallad	
	Dessert	Päronkräm alt.frukt	Wokgrönsaker med örter	
	Middag	Örtstekt kycklingfilé, tomatsalsa, ris		
	Dessert	Hallonkräm alt.frukt		