



Vegankost

Udda vecka

Måndag

- Alt 1** Kikärtsgryta med grönkål, sötpotatis och ris.
Smulpaj med ananas och kokos, sojagrädde med vanilj
- Alt 2** Chili sin carne med majs och ris.
Smoothie med banan och choklad

Tisdag

- Alt 1** Vegansk stroganoff med soja, ris och morot.
Blåbärspaj med sojagrädde
- Alt 2** Krämig italiensk vegogratäng med soja, penne och broccoli.
Jordgubbssmoothie med äpple och lime

Onsdag

- Alt 1** Auberginecurry m tomat, kikärter & ris.
Äppelkompott m kanelgrädde & rostad havre
- Alt 2** Asiatiska sojafärsbullar med nudelsallad och mangoraja.
Bärkräm

Torsdag

- Alt 1** Falafel m libanesisk auberginesallad, grönsakris & vitlökssås.
Jordgubbsskompott m mynta, vanilj, soygurt
- Alt 2** Grillade auberginerullar med sojafärs i tomatsås och ris.
Apelsinsoppa med aprikoser

Fredag

- Alt 1** Wok med sojabitar, linser, kokos & risnudlar.
Ugnsbakat äpple m kanel- & kexfyllning, sojagrädde
- Alt 2** Gobi Motor indisk gryta m blomkål, gröna linser & ris.
Körsbärskompott med havre- & kakaocrunch

Lördag

- Alt 1** Linscurry med pumpa, kokos & lime, ris och picklad rödlök.
Vaniljpannacotta med bär
- Alt 2** Palak paneer med tofu, ris och bönsallad. Jordgubbssorbet
Jordgubbssorbet

Söndag

- Alt 1** Bolognese på baljväxtfärs med bönpasta och morot.
Toscapäron med mandel och sojagrädde
- Alt 2** Sojabullar med gräddsås, potatis, rårörda lingon, pressgurka och morot.
Bärkompott



Vegankost

Jämn vecka

Måndag

- Alt 1** Indisk kikärtscurry med ris och broccoli.
Smulpaj med ananas och kokos, sojagrädde med vanilj
- Alt 2** Lins- och morotsbiff med tomatsås, potatis och marinerade bönor.
Havtornssorbet

Tisdag

- Alt 1** Pasta med jordärtskockssås, champinjon och rostad kikärtstopping.
Blåbärspaj med sojagrädde
- Alt 2** Järpar på sojafärs med gräddsås, potatismos och rårörda lingon.
Bärkräm

Onsdag

- Alt 1** Vegansk chorizo m fransk potatissallad & haricots verts.
Äppelkompott m sojagrädde & rostad havre
- Alt 2** Siciliansk auberginegryta med linser och bönpasta.
Smoothie med blåbär

Torsdag

- Alt 1** Kimchigryta med tzay, broccoli och ris.
Jordgubbskompott m mynta och vanilj serveras med soygurt
- Alt 2** Sojafärsbiffar m kapris & vitlök, rostade primörer & kall örtsås.
Körsbärskompott havre- & kakaocrunch

Fredag

- Alt 1** Asiatisk böngryta m kokos, ris och sojabönor.
Ugnsbakat äpple m kanel- & kexfyllning, sojagrädde(VE)
- Alt 2** Fylld zucchini med kikärter, bönor och bulgur, basilikacrème.
Banan- och chokladsmoothie

Lördag

- Alt 1** Falafel med libanesisk auberginesallad, grönsakris och vitlökssås.
Vaniljpannacotta med bär
- Alt 2** Vegansk Pad thai med bönsallad.
Bärkompott

Söndag

- Alt 1** Vegansk wok med tzay, grönsaker och ris.
Toscapäron med mandel, sojagrädde
- Alt 2** Vegofärslimpa med rödvinnssås, potatis och haricots verts.
Apelsinsoppa med aprikoser