

**MATSEDEL SÄFFLE KOMMUN ÄLDREOMSORG**
**SOMMAREN 2025**

Kostenheten önskar er en glad sommar!

| Vecka 25 | Veckodag                 | Frukost                     | Middag                                                                                                                         | Kvällsmål                                                           |
|----------|--------------------------|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|
| 16-jun   | Måndag                   | Mannagrynsgröt              | Korv Stroganoff<br>Serveras med kokt potatis och ärtor-, majs och paprikablandning<br>Jordgubbskräm                            | Havets lasagne                                                      |
| 17-jun   | Tisdag                   | Havregrynsgröt<br>Kokta ägg | Gräddstuvad pyttipanna<br>Serveras med rödbetor och kokta brytböner<br>Fruktcocktail                                           | Ugnspannkaka<br>Serveras med sylt                                   |
| 18-jun   | Onsdag                   | Grahamsgröt                 | Ugnsbakad fisk med örtig äggtopping<br>Serveras med kokt potatis, dillsås och kokta grönsaker (euromix)<br>Kökets rabarberkräm | Korv med bröd (varmkorv)<br>Serveras med potatismos och gurmajonnäs |
| 19-jun   | Torsdag                  | Mannagrynsgröt<br>Kokta ägg | Potatis- och purjolökssoppa<br>Serveras med mjukt bröd och köttpålägg<br>Äppelrutor med vaniljsås                              | Mannagrynspudding<br>Serveras med sylt                              |
| 20-jun   | Fredag<br>Midsommarafton | Havregrynsgröt              | Midsommarlunch<br>Jordgubbar och vispad grädde                                                                                 | Janssons frestelse<br>Serveras med tomatklyftor och köttbullar      |
| 21-jun   | Lördag<br>Midsommardagen | Grahamsgröt<br>Kokta ägg    | Inkokt Lax<br>serveras med kokt potatis, dillcremé och kokt broccoli<br>Glass med chokladsås                                   | Läckökorv<br>Serveras med krämig potatissallad och råkost           |
| 22-jun   | Söndag                   | Mannagrynsgröt              | Wallenbergare<br>Serveras med potatismos, skirat smör, lingon och gröna ärtor<br>Mjuk kaka                                     | Potatisbullar<br>Serveras med sylt                                  |

| Vecka 26 | Veckodag | Frukost                     | Middag                                                                                              | Kvällsmål                                                             |
|----------|----------|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
| 23-jun   | Måndag   | Mannagrynsgröt              | Ost- och hönssås<br>Serveras med pasta och värdshusgrönsaker<br>Päronkräm                           | Ängamatssoppa (Slät)<br>Serveras med mjukt bröd och köttpålägg        |
| 24-jun   | Tisdag   | Havregrynsgröt<br>Kokta ägg | Stekt sej<br>Serveras med potatismos, kall äggsås och kokta grönsaker (euromix)<br>Ananas           | Prinskorv<br>Serveras med stuvad potatis och råkost                   |
| 25-jun   | Onsdag   | Grahamsgröt                 | Dillkött med morot<br>Serveras med kokt potatis<br>Färs frukt                                       | Omelett med champinjonsstuvning                                       |
| 26-jun   | Torsdag  | Mannagrynsgröt<br>Kokta ägg | Högsbosoppa<br>Serveras med mjuk ostsmörgås<br>Pannkaka med sylt och grädde                         | Nötfärs lasagne                                                       |
| 27-jun   | Fredag   | Havregrynsgröt              | Köttfärskaka<br>Serveras med kokt potatis, gräddsås, lingonsylt och gröna ärtor<br>Äpple-mangosoppa | Lapskojs<br>Serveras med rödbetor                                     |
| 28-jun   | Lördag   | Grahamsgröt<br>Kokta ägg    | Ugnsbakad fisk<br>Serveras med kokt potatis, vitvinssås med örter och kokt broccoli<br>Brylépudding | Smörgås med krämig äggsallad och<br>ansjoviskryddad sill              |
| 29-jun   | Söndag   | Mannagrynsgröt              | Kycklingfilé<br>Serveras med potatisgratäng, pepparsås och kokt sommarblandning<br>Mazarin          | Risgrynsgröt<br>Serveras med kanel, socker, mjukt bröd och köttpålägg |

| Vecka 27 | Veckodag | Frukost                     | Middag                                                                                                    | Kvällsmål                                                                                 |
|----------|----------|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|
| 30-jun   | Måndag   | Mannagrynsgröt              | Köttbullar<br>Serveras med potatismos, gräddsås, lingonsylt och värdshusgrönsaker<br>Fruktsoppa           | Äggröra med prinskorv                                                                     |
| 01-jul   | Tisdag   | Havregrynsgröt<br>Kokta ägg | Falukorv<br>Serveras med stuvade makaroner och euromix<br>Päronhalvor                                     | Kalvpannkaka<br>Serveras med sylt                                                         |
| 02-jul   | Onsdag   | Grahamsgröt                 | Ugnsbakad fisk med paprikasås<br>Serveras med kokt potatis och bukettrönsaker<br>Kökets katrinplommonkräm | Höns- och rotfruktsgatäng<br>Serveras med råkost                                          |
| 03-jul   | Torsdag  | Mannagrynsgröt<br>Kokta ägg | Tacosoppa<br>Serveras med mjuk smörgås och köttpålägg<br>Kökets ananaspaj med vispad grädde               | Tonfiskgatäng                                                                             |
| 04-jul   | Fredag   | Havregrynsgröt              | Skinkstek<br>Serveras med kokt potatis, gräddsås och gröna ärtor<br>Äppelmos med gräddmjölk               | Kökets ostpaj<br>Serveras med örtcrème                                                    |
| 05-jul   | Lördag   | Grahamsgröt<br>Kokta ägg    | Stekt strömming<br>Serveras med potatismos, broccoli och lingonsylt<br>Mango- och passionsmousse          | Kallskuret: Örtagårdsstek<br>Serveras med potatissallad med smak av paprika<br>och råkost |
| 06-jul   | Söndag   | Mannagrynsgröt              | Schnitzel<br>Serveras med klyftpotatis, grönpepparsås och gröna ärtor<br>Glass med chokladsås             | Risgrynspudding<br>Serveras med sylt                                                      |

| Vecka 28 | Veckodag | Frukost                     | Middag                                                                                                   | Kvällsmål                                                               |
|----------|----------|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|
| 07-jul   | Måndag   | Mannagrynsgröt              | Kycklinggryta med grönsaker<br>Serveras med kokt potatis<br>Jordgubbskräm                                | Högsbosoppa<br>Serveras med mjukt bröd och köttpålägg                   |
| 08-jul   | Tisdag   | Havregrynsgröt<br>Kokta ägg | Stekt fisk<br>Serveras med kokt potatis, stuvad spenat och citron<br>Mandarinklyftor                     | Smörgås med skivat rökt hönsbröstpålägg och mimosasallad                |
| 09-jul   | Onsdag   | Grahamsgröt                 | Stekt fläsk<br>Serveras med kokt potatis, bruna bönor och kokta morötter-och ärtor<br>Färs frukt         | Äggröra med prinskorv                                                   |
| 10-jul   | Torsdag  | Mannagrynsgröt<br>Kokta ägg | Italiensk ostsoppa med hönskött<br>Serveras med mjuk smörgås och ostpålägg<br>Kesokaka serveras med sylt | Köttfärs-och potatislåda                                                |
| 11-jul   | Fredag   | Havregrynsgröt              | Kålpudding<br>Serveras med kokt potatis, gräddsås och lingonsylt<br>Svartvinbärskompott                  | Rösti<br>Serveras med skagenröra                                        |
| 12-jul   | Lördag   | Grahamsgröt<br>Kokta ägg    | Fiskgatäng med vitt vin och tomat<br>Serveras med kokt potatis och bukettrönsaker<br>Hallongrädde        | Läckökorv<br>Serveras med krämig potatissallad och råkost               |
| 13-jul   | Söndag   | Mannagrynsgröt              | Fläskköttgryta<br>Serveras med kokt potatis<br>Kolaglasstrut                                             | Mannagrynsgröt<br>Serveras med kanel, socker. mjukt bröd och köttpålägg |

| Vecka 29 | Veckodag | Frukost                     | Middag                                                                                                     | Kvällsmål                                                          |
|----------|----------|-----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|
| 14-jul   | Måndag   | Mannagrynsgröt              | Chili con carne<br>Serveras med pasta<br>Björnbärskräm                                                     | Lapskojs<br>Serveras med rödbetor                                  |
| 15-jul   | Tisdag   | Havregrynsgröt<br>Kokta ägg | Värmlandsskörv<br>Serveras med kokt potatis, senapssås och morötter- och ärtblandning<br>Mazarin           | Räksmörgås                                                         |
| 16-jul   | Onsdag   | Grahamsgröt                 | Fiskbullar i dillsås<br>Serveras med kokt potatis och kokt morotsmix<br>Persikohalvor                      | Makaronipudding<br>Serveras med råkost                             |
| 17-jul   | Torsdag  | Mannagrynsgröt<br>Kokta ägg | Potatis- och purjolökssoppa<br>Serveras med mjuk smörgås med ostpålägg<br>Kökets hallonpaj med vaniljglass | Prinskorv<br>Serveras med stuvad potatis                           |
| 18-jul   | Fredag   | Havregrynsgröt              | Falukorv<br>Serveras med potatismos, gurkmajonäs och amerikansk grönsaksblandning<br>Citrussoffa           | Skärgårdssill och ägghalva<br>Serveras med kokt potatis och råkost |
| 19-jul   | Lördag   | Grahamsgröt<br>Kokta ägg    | Fiskgratäng med färskost och gräslök<br>Serveras med kokt potatis och grönsaker (euromix)<br>Chokladmousse | Skivad kassler<br>Serveras med krämig potatissallad och råkost     |
| 20-jul   | Söndag   | Mannagrynsgröt              | Oxjärpar<br>Serveras med kokt potatis, gräddsås, lingon och kokt broccoli<br>Cheesecake                    | Potatisbullar<br>Serveras med lingonkeso                           |

| Vecka 30 | Veckodag | Frukost                     | Middag                                                                                                                             | Kvällsmål                                                             |
|----------|----------|-----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
| 21-jul   | Måndag   | Mannagrynsgröt              | Ost- och hönssås<br>Serveras med kokt potatis och romanesco-grönsaker<br>Aprikoskräm                                               | Kålrotssoppa<br>Serveras med mjuk smörgås med ostpålägg               |
| 22-jul   | Tisdag   | Havregrynsgröt<br>Kokta ägg | Stekt sej<br>Serveras med kokt potatis, remouladsås och morotsmix<br>Ananas                                                        | Raggmunk<br>Serveras med keso                                         |
| 23-jul   | Onsdag   | Grahamsgröt                 | Köttfärsås<br>Serveras med pasta och gröna ärtor<br>Färs frukt                                                                     | Smörgås med krämig äggsallad och ansjoviskryddad sill                 |
| 24-jul   | Torsdag  | Mannagrynsgröt<br>Kokta ägg | Ost- och broccolisoppa<br>Serveras med mjuk smörgås med ostpålägg<br>Våfflor med sylt och grädde                                   | Kycklingfärskaka<br>Serveras med potatismos och skirat smör           |
| 25-jul   | Fredag   | Havregrynsgröt              | Skivad kassler<br>Serveras med stekt potatis, varm paprikasås och amerikansk grönsaksblandning<br>Kökets körbärskompott med vanilj | Omelett med räkstuvning                                               |
| 26-jul   | Lördag   | Grahamsgröt<br>Kokta ägg    | Ugnsbakad fisk<br>Serveras med kokt potatis, citronsaas och kokta brytböner<br>Kokoskeso                                           | Coucoussallad med kyckling<br>Serveras en klick crème fraiche         |
| 27-jul   | Söndag   | Mannagrynsgröt              | Käldolmar<br>Serveras med kokt potatis, gräddsås och lingon<br>Mjuk kaka                                                           | Risgrynsgröt<br>Serveras med kanel, socker, mjukt bröd och köttpålägg |

| Vecka 31 | Veckodag | Frukost                     | Middag                                                                                                | Kvällsmål                                                                 |
|----------|----------|-----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|
| 28-jul   | Måndag   | Mannagrynsgröt              | Köttbullar<br>Serveras med stuvade makaroner och kokta brytbönor<br>Hallonkräm                        | Äggröra med prinskorv                                                     |
| 29-jul   | Tisdag   | Havregrynsgröt<br>Kokta ägg | Kycklinggryta med kokosmjölk och wokgrönsaker<br>Serveras med kokt potatis<br>Vanilj- och blåbärskeso | Räksmörgås                                                                |
| 30-jul   | Onsdag   | Grahamsgröt                 | Gratinerad fisk med örttäck<br>Serveras med potatismos och kokta sommargrönsaker<br>Fruktsallad       | Mannagrynspudding<br>Serveras med sylt                                    |
| 31-jul   | Torsdag  | Mannagrynsgröt<br>Kokta ägg | Tomatsoppa<br>Serveras med mjuk smörgås med köttpålägg<br>Kanelstekta äppelklyftor med vispad grädde  | Potatislåda med svamp och salladsost                                      |
| 01-aug   | Fredag   | Havregrynsgröt              | Pannbiff med stekt lök<br>Serveras med kokt potatis, gräddsås och buktettgrönsaker<br>Fruktkompott    | Janssons frestelse med ägghalva<br>Serveras med råkost                    |
| 02-aug   | Lördag   | Grahamsgröt<br>Kokta ägg    | Stekt fisk<br>Serveras med potatismos, grön citronsås och morotsmix<br>Jordgubb- och yoghurtmousse    | Skivad kycklingfilé<br>Serveras med krämig potatissallad och tomatklyftor |
| 03-aug   | Söndag   | Mannagrynsgröt              | Fläskköttgryta<br>Serveras med kokt potatis<br>Glass med chokladsås                                   | Crepes med räkfyllning                                                    |

| Vecka 32 | Veckodag | Frukost                     | Middag                                                                                                      | Kvällsmål                                                                   |
|----------|----------|-----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| 04-aug   | Måndag   | Mannagrynsgröt              | Falukorv<br>Serveras med stuvade makaroner och kokt broccoli<br>Äppelkräm                                   | Champinjonsoppa med crème fraiche<br>Serveras med mjukt bröd och köttpålägg |
| 05-aug   | Tisdag   | Havregrynsgröt<br>Kokta ägg | Stekt fisk<br>Serveras med kokt potatis, dill- och rödlökscreme och amerikansk<br>grönsaksmix<br>Färs frukt | Krämig pastagrätäng med kassler                                             |
| 06-aug   | Onsdag   | Grahamsgröt                 | Kycklinggrätäng med grönsaker och örter<br>Serveras med ris<br>Persikohalvor                                | Rösti<br>Serveras med keso                                                  |
| 07-aug   | Torsdag  | Mannagrynsgröt<br>Kokta ägg | Gulaschsoppa<br>Serveras med mjuk smörgås och ostpålägg<br>Jordgubb- och rabarberpaj med vaniljsås          | Blodpudding<br>Serveras med stekt fläsk                                     |
| 08-aug   | Fredag   | Havregrynsgröt              | Skinkstek<br>Serveras med kokt potatis, vinbärsgele, gräddsås och buktettgrönsaker<br>Körsbärssoppa         | Skärgårdssill och ägghalva<br>Serveras med kokt potatis och råkost          |
| 09-aug   | Lördag   | Grahamsgröt<br>Kokta ägg    | Fiskgrätäng med kaviar och dill<br>Serveras med potatismos och gröna ärtor<br>Kladdkaka med vispad grädde   | Smörgås med skivat rökt hönsbröstpålägg och mimosasallad                    |
| 10-aug   | Söndag   | Mannagrynsgröt              | Köttgryta<br>Serveras med kokt potatis<br>Kolaglasstrut                                                     | Skinkfrestelse                                                              |

| Vecka 33 | Veckodag | Frukost                     | Middag                                                                                                                         | Kvällsmål                                                           |
|----------|----------|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|
| 11-aug   | Måndag   | Mannagrynsgröt              | Korv Stroganoff<br>Serveras med korngryn/ris-blandning och ärtor-, majs och paprikablandning<br>Jordgubbskräm                  | Havets lasagne                                                      |
| 12-aug   | Tisdag   | Havregrynsgröt<br>Kokta ägg | Gräddstuvad pyttipanna<br>Serveras med rödbetor och kokta brytbönor<br>Fruktcocktail                                           | Ugnspannkaka<br>Serveras med sylt                                   |
| 13-aug   | Onsdag   | Grahamsgröt                 | Ugnsbakad fisk med örtig äggtopping<br>Serveras med kokt potatis, dillsås och kokta grönsaker (euromix)<br>Kökets rabarberkräm | Janssons frestelse<br>Serveras med tomatklyftor och köttbullar      |
| 14-aug   | Torsdag  | Mannagrynsgröt<br>Kokta ägg | Potatis- och purjolökssoppa<br>Serveras med mjukt bröd och köttpålägg<br>Äppelrutor med vaniljsås                              | Mannagrynspudding<br>Serveras med sylt                              |
| 15-aug   | Fredag   | Havregrynsgröt              | Köttfärssås<br>Serveras med pasta och brytbönor<br>Blåbärssoppa                                                                | Korv med bröd (varmkorv)<br>Serveras med potatismos och gurmajonnäs |
| 16-aug   | Lördag   | Grahamsgröt<br>Kokta ägg    | Stekt fisk<br>Serveras med kokt potatis, örtcrème, citron och värdshusgrönsaker<br>Aprikoshalvor med vispad grädde             | Läckökorv<br>Serveras med krämig potatissallad och råkost           |
| 17-aug   | Söndag   | Mannagrynsgröt              | Wallenbergare<br>Serveras med potatismos, skirat smör, lingon och gröna ärtor<br>Mjuk kaka                                     | Potatisbullar<br>Serveras med sylt                                  |