



FINSPÅNG

## Förskolans meny i Finspångs kommun

Januari 2012

### Vecka 2

Mån	9	Kockens val
Tis	10	Köttbullar, pasta, ketchup, broccoli, råkost
Ons	11	Stekt falukorv, potatismos, senap, ketchup råkost
Tor	12	Mexicansoppa, ostsmörgås, råkost. Pannkaka med äppelmos
Fre	13	Panerad fisk (MSC märkt), potatis, varm remouladsås, rotfruktsstrimlor, råkost

### Vecka 3

Mån	16	Korv Stroganoff, ris, örter, råkost
Tis	17	Torskpanett (MSC märkt), potatis, stuvad spenat, råkost
Ons	18	Köttfärssås, spaghetti, morötter, råkost
Tor	19	Potatisgratäng med skinka, haricots verts, råkost
Fre	20	Kockens val

### Vecka 4

Mån	23	Pannbiff, sås, potatis, lingonsylt, kokt grönsak, råkost
Tis	24	Grillkorv, pasta, ketchup, bönor, råkost
Ons	25	Fiskburgare (MSC märkt), potatismos, morötter, råkost
Tor	26	Ekologisk Ärtsoppa med fläsk, ostsmörgås, råkost. Pannkaka med äppelmos
Alternativ		Köttfärssoppa, ostsmörgås, råkost. Pannkaka, sylt
Fre	27	Fläskkalops, potatis, inlagda rödbetor, haricots verts, råkost

### Vecka 5

Mån	30	Kinesisk korvgryta, ris, råkost
Tis	31	Potatisbullar med bacon, lingonsylt, kokta grönsaker, råkost
Alternativ		Blodpudding, lingonsylt, kokta grönsaker, råkost



På nedanstående länk kan du läsa om MSC

<http://www.msc.org>

Reservation för eventuella ändringar



FINSPÅNG

## Förskolans meny i Finspångs kommun

Februari 2012

### Vecka 5

Ons	1	Fiskfrieletter (MSC märkt), potatis, kall sås med dill, slottsgrönsaker, råkost
Tors	2	Lasagne, rotsaker, råkost
Fre	3	Chicken nuggets, ris, sås, råkost

### Vecka 6

Mån	6	Fransk pastagrätäng med korv och senap, örter, råkost
Tis	7	Cowboysoppa med köttfärs, ostsmörgås, råkost. Pannkaka, äppelmos
Ons	8	Sprödbakad fiskpanett (MSC märkt), kall verdesås (spenat), potatis, kokta grönsaker, råkost
Tor	9	Skinksås, ris, morötter, råkost
Fre	10	Köttbullar, sås, potatis, lingonsylt, kokta grönsaker, råkost

### Vecka 7

Mån	13	Kebabgryta (nötkött), ris, blomkål, råkost
Tis	14	Kokt fisk (MSC märkt), persiljesås, potatis, morötter, råkost
Ons	15	Ugnsstekt falukorv med chilisås och ost, potatismos, amerikansk grönsaksblandning, råkost
Tor	16	Fläskpannkaka, lingonsylt, rotfruktsstrimlor, råkost
Fre	17	<u>Naturbeteskött</u> Makaronigryta, kokta grönsaker, råkost

### Vecka 8

Mån	20	Ugnsfärs, sås, potatis, örter och morötter, lingonsylt, råkost
Tis	21	Lapskojs, inlagda rödbetor, råkost
Ons	22	Fiskbullar i sås, potatis, örter, råkost
Tor	23	Kockens val
Fre	24	Kockens val



### Vecka 9

Mån	27	Grillkorv, pasta, ketchup, amerikansk grönsaksblandning, råkost
Tis	28	Mustig kött och grönsaksoppa, ostsmörgås, råkost. Pannkaka med äppelmos
Ons	29	Festlig fiskgrätäng (MSC märkt), potatis, morötter, råkost

På nedanstående länk kan du läsa om MSC

<http://www.msc.org>

Reservation för eventuella ändringar



FINSPÅNG

**Förskolans meny i Finspångs kommun****Mars 2012****Vecka 9**

- Tors 1 Ingefärsdoftande Kinagryta med fläskkött, ris, råkost  
Fre 2 Kålpudding, sås, potatis, lingonsylt, råkost

**Vecka 10**

- Mån 5 Torskpanett (MSC märkt), kall sås med smak av senap och gurka, potatis, morötter, råkost  
Naturbeteskött  
Tis 6 Mexikansk köttfärgsryta, ris, kokt grönsak, råkost  
Ons 7 Varmkorv, potatismos, senap, ketchup, örter, råkost  
Tor 8 Pytt i panna, inlagda rödbetor, rotfruktsstrimlor, råkost  
Fre 9 Ostgratinerad makaronipudding med rökt skinka, morötter, råkost

**Vecka 11**

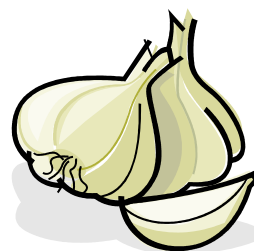
- Mån 12 Köttbullar, sås, potatis, lingonsylt, ugnrostade rotfrukter, råkost  
Tis 13 Sej (MSC märkt) under sprött täcke med dill och ost, potatismos, slantade morötter, råkost  
Ons 14 Stekt falukorv, pasta, senap, ketchup, broccoli, råkost  
Tor 15 Nikkaluoktasoppa, ostsmörgås, råkost. Pannkaka med äppelmos  
Fre 16 Kockens val

**Vecka 12**

- Mån 19 Oceanpanett (MSC märkt), kall dragonsås, potatis, örter, råkost  
Tis 20 Mild Korvgryta med tacosmak, ris, råkost  
Ons 21 Moussaka, rotfruktsstrimlor, råkost  
Tor 22 Skinksås, pasta, haricots verts, råkost  
Fre 23 Raggmunk, lingonsylt, kokt grönsak, råkost

**Vecka 13**

- Mån 26 Köttkorv, potatismos, senap, ketchup, råkost  
Tis 27 Chili con carne, ris, råkost  
Ons 28 Panerad fisk (MSC märkt), remouladsås, potatis, örter, råkost  
Tor 29 Tomatsoppa med pasta, smörgås med köttpålägg, råkost. Pannkaka med äppelmos  
Fre 30 Stekt kycklinginnerfilé, sås, potatis, kokt grönsak, råkost



På nedanstående länk kan du läsa om MSC

<http://www.msc.org>

Reservation för eventuella ändringar



FINS PÅNG

**Förskolans meny i Finspångs kommun****April 2012****Vecka 14**

Mån	2	Fiskburgare (MSC märkt), potatismos, morötter, råkost
Tis	3	Ugnsfärs, sås, potatis, lingonsylt, blomkål och broccoli, råkost
Ons	4	Potatisbullar med bacon, lingonsylt, grönsaksblandning, råkost
Alternativ		Blodpudding, lingonsylt, grönsaksblandning, råkost
Tor	5	Litet påskbord
Fre	6	Långfredag

**Vecka 15**

Mån	9	Annandag påsk
Tis	10	Kockens val
Ons	11	Kockens val
Tor	12	Kockens val
Fre	13	Kockens val

**Vecka 16**

Mån	16	<u>Naturbeteskött</u> Köttfärssås, spagetti, morötter, råkost
Tis	17	Fiskpanett (MSC märkt), picklessås, potatis, örter, råkost
Ons	18	Kycklingwok, nudlar, råkost
Tor	19	Pytt i panna, inlagda rödbetor, råkost
Fre	20	Korv Stroganoff, ris, örter, råkost

**Vecka 17**

Mån	23	Pastagrätäng med skinka, råkost
Tis	24	Torskpanett (MSC märkt), kall sås med dill, potatis, grönsaksblandning, råkost
Ons	25	Ugnsstekt falukorv, potatismos, ketchup, örter, råkost
Tor	26	Hedvigsoppa med köttfärs, ostsmörgås, råkost. Pannkaka, äppelmos
Fre	27	Kalkonschnitzel, sås, potatis, råkost

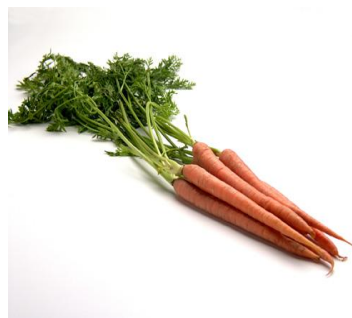
**Vecka 18**

Mån	30	Vad kocken bjuder
-----	----	-------------------

På nedanstående länk kan du läsa om MSC

<http://www.msc.org>

Reservation för eventuella ändringar





FINSPÅNG

**Förskolans meny i Finspångs kommun****Maj 2012****Vecka 18**

Tis	1	1:a maj
Ons	2	Panerad fisk (MSC märkt), kall sås, potatis, broccoli, råkost
Tors	3	Kockens val
Fre	4	Örtkryddad Trädgårdsmästargryta (rökt skinka), potatis, råkost

**Vecka 19**

Mån	7	Kockens val
Tis	8	Fiskgratäng (MSC märkt) med broccoli och dragon, potatis, råkost
Ons	9	Makaronigryta, kokt grönsak, råkost
Tor	10	Potatisbullar med bacon, lingonsylt, slottsgrönsaker, råkost
Alternativ		Blodpudding, lingonsylt, slottsgrönsaker, råkost
Fre	11	Minestrone-soppa, ostsmörgås, råkost. Pannkaka, äppelmos

**Vecka 20**

Mån	14	Korvgryta med sommartycke ( tomat och persilja), ris, kokt grönsak, råkost
Tis	15	Panerad fisk (MSC märkt), kall örtsås, potatis, tärnade morötter, råkost
Ons	16	Köttbullar, makaroner, haricot verts, råkost
Tor	17	Kristi Himmelfärdsdag
Fre	18	Kockens val

**Vecka 21**

Mån	21	Pastasås med kory, pasta, kokt grönsak, råkost
Tis	22	Fiskburgare (MSC märkt), kall sås med gurkmix, potatis, dillinkokta morötter, råkost
Ons	23	Potatis- och purjolökssoppa, smörgås med köttpålägg, råkost. Pannkaka med sylt
Tor	24	Mexikansk ugnsfärs, sås, potatis, broccoli, råkost
Fre	25	Kycklinggryta med bacon och persikor, ris, råkost

**Vecka 22**

Mån	28	Kalvjärpar, sås, potatis, lingonsylt, blomkål, råkost
Tis	29	Korv Stroganoff, ris, örter, råkost
Ons	30	Sprödbakad fisk (MSC märkt), picklessås, potatis, morötter, råkost
Tors	31	Pytt i panna, inlagda rödbetor, rotfruktsstrimlor, råkost



På nedanstående länk kan du läsa om MSC

<http://www.msc.org>

Reservation för eventuella ändringar



FINSPÅNG

## Förskolans meny i Finspångs kommun

Juni 2012

Fre	1	Lasagne, råkost
<b>Vecka 23</b>		
Mån	4	Kockens val
Tis	5	Stekt korv, pasta, senap, ketchup, broccoli, råkost
Ons	6	Nationaldagen
Tor	7	Skinksås, ris, ärtor, råkost
Fre	8	Fiskpanett (MSC märkt), kall kaviarsås med dill, potatis, tärnade morötter, råkost
<b>Vecka 24</b>		
Mån	11	Färsbiff, sås, potatis, kokt grönsak, råkost
Tis	12	Fiskgratäng (MSC märkt), potatis, amerikansk grönsaksblandning, råkost
Ons	13	Fläskköttgryta, ris, rotfruktsstrimlor, råkost
Tor	14	Kokt falukorv, senapssås, potatis, morötter, råkost
Fre	15	Husets soppa, ostsmörgås, råkost. Pannkaka med äppelmos
<b>Vecka 25</b>		
Mån	18	Planeringsdag
Tis	19	Fiskpanett (MSC märkt), kall sås med dill och rödlök, potatis, ärtor, råkost
Ons	20	Potatisbullar med bacon/blodpudding, lingonsylt, kokt grönsak, råkost
Tor	21	Kassler, potatis, mimosasallad, råkost
Fre	22	Glass Midsommarafton
<b>Vecka 26</b>		
Mån	25	Torskpanett (MSC märkt), picklessås, potatis, rotfruktsstrimlor, råkost
Tis	26	Blomkålssoppa med skinka, ostsmörgås, råkost. Pannkaka, äppelmos
Ons	27	Köttbullar, pasta, ketchup, morötter, råkost
To	28	Korvgryta med sommartyrke, potatis, ärtor, råkost
Fre	29	Moussaka, haricots verts, råkost

På nedanstående länk kan du läsa om MSC

<http://www.msc.org>

Reservation för eventuella ändringar





F I N S P Å N G

## Förskolans meny i Finspångs kommun

Juli 2012

### Vecka 27

Mån	2	Pannbiff, sås, potatis, lingonsylt, grönsaksblandning, råkost
Tis	3	Makaronipudding, kokt grönsak, råkost
Ons	4	Fiskgratäng (MSC märkt) med örter, potatis, kokt grönsak, råkost
Tor	5	Kockens val
Fre	6	Korv Stroganoff, ris, örter, råkost

### Vecka 28

Mån	9	Ugnsfärs, sås, potatis, lingonsylt, blomkål, råkost
Tis	10	Stekt fiskpanett (MSC märkt), kall sås, potatis, broccoli, råkost
Ons	11	Stekt korv, pasta, ketchup, örter, råkost
Tor	12	Högsbosoppa, korvmörgås, råkost. Pannkaka, äppelmos
Fre	13	Skinksås, ris, sommarblandning, råkost

### Vecka 29

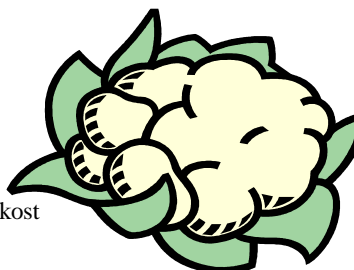
Mån	16	Sprödbakad fisk (MSC märkt), picklessås, potatis, morötter, råkost
Tis	17	Korvgryta, ris, blomkål, råkost
Ons	18	Köttbullar, makaroner, ketchup, morötter, råkost
Tor	19	Fläskkalops, potatis, inlagda rödbetor, slottsgrönsaker, råkost
Fre	20	Kokt fisk med persiljesås, potatis, örter, råkost

### Vecka 30

Mån	23	Stekt fisk (MSC märkt), sås, potatis, kokta grönsaker, råkost
Tis	24	Köttfärsås, pasta, amerikansk grönsaksblandning, råkost
Ons	25	Hawaiigryta, ris, bönor, råkost
Tor	26	Broccolisoppa med skinka, ostsmörgås, råkost. Äppelkaka
Fre	27	Korv, pepparrotssås, potatis, grönsaker, råkost

### Vecka 31

Mån	30	Potatisbullar med bacon, lingonsylt, grönsaksblandning, råkost
Tis	31	Grillkorv, pasta, ketchup, morötter, råkost



På nedanstående länk kan du läsa om MSC  
<http://www.msc.org>

Reservation för eventuella ändringar