

Upplevelse, matglädje, samvaro, goda vanor!

Tillsammans kan vi göra skillnad!

Som matgäst hos skolrestauranger i Malmö stad är du en viktig del av stadens miljö- och klimatarbete. Skolrestauranger arbetar aktivt för en ökning av ekologiska livsmedel och klimatvänliga rätter.

Nytt ekomål för skolrestauranger 2018 är 80 %!

I våra restauranger tillagas maten i största möjliga utsträckning från grunden. Menyerna följer de nordiska näringsrekommendationerna och Malmö stads policy för hållbar utveckling och mat.

Dialogen med matgästerna är otrolig viktig - inom ramarna för de krav och riktlinjer som finns vill vi göra vad vi kan för att ta fram menyer som passar så många som möjligt. Berätta gärna vad som uppskattas och inte, det hjälper oss att bli bättre.

Gertrud Sonesson-Wessman, Avdelningschef på skolrestauranger



VAR MED OCH PÅVERKA I MALMÖ!

Dina åsikter är viktiga och som Malmöbo vill vi att du ska vara med i utvecklingen av vår stad. Här kan du diskutera, komma med förslag eller bara följa debatten.

malmo.se/initiativet



Vecka 10 ● 5/3–9/3

- Mån** Ängsköttbullar, gräddsås, potatis, smörgåsgurka, lingon
Morotsbollar, gräddsås, potatis, smörgåsgurka, lingon (V)
- Tis** Broccolisoppa, bröd och pålägg (V)
- Ons** Fiskburgare med klyftpotatis och Sauce verte
Grönsaksburgare med klyftpotatis och Sauce verte (V)
- Tor** Schnitzel med tomatsås och ris (V)
- Fre** Fiskgryta med rotfrukter, kokt potatis
Blomkålsgröta med tomat, kokt potatis (V)

Vecka 11 ● 12/3–16/3

- Mån** Tacofärs, yoghurt, ris, tunnbröd/tacoskal (V)
- Tis** Kyckling- och nötfärslimpa, bulgur, bearnaisedip
Dhal (indisk linsgryta), bulgur, crème fraiche (V)
- Ons** Gästabudssoppa, bröd och pålägg (V)
- Tor** Ugnsbakad fisk med senap och crème fraiche, potatis
Tomat- och olivpaj (V)
- Fre** Pasta, tomatsås med rotfrukter och linser (V)

Vecka 12 ● 19/3–23/3

- Mån** Mexikansk tomatsoppa, bröd och pålägg (V)
- Tis** Fiskgratäng Bordelaise, potatis
Linsgratäng med grönsaker och fetaost (V)
- Ons** Spaghetti med köttfärsås, riven ost
Spaghetti med svampsås, riven ost (V)
- Tor** Örtkryddad potatisfrestelse (V)
- Fre** Stekta kycklingklubbor, gräddsås, klyftpotatis, svartvinbärsgele
Grönsaksbiff, gräddsås, klyftpotatis, svartvinbärsgele (V)

Vecka 13 ● 26/3–30/3 Påsklov

- Mån** Korvgryta (fläsk), couscous, crème fraiche
Korvgryta (kyckling), couscous, crème fraiche (F)
Trädgårdsmästargryta, couscous, crème fraiche (V)
- Tis** Pastagrätäng med lax och örter
Pastagrätäng med svamp och linser (V)
- Ons** Chili sin carne, ris (V)
- Tor** Påsklunch
- Fre** **LÅNGFREDAG**

Smaklig måltid önskar skolrestauranger!

I lunchen ingår alltid knäckebröd, smörgåsfett, dryck och en varierad salladsbuffé. Alternativrätt serveras med reservationen att den ena rätten kan ta slut. Alternativrätten visas inte på menyaffischen och kan skilja sig åt på olika skolor.

Vecka 14 ● 2/4–6/4

- Mån** **ANNANDAG PÅSK**
- Tis** Broccolisoppa, bröd och pålägg (V)
- Ons** Fiskburgare med bröd, dressing och klyftpotatis
Grönsaksburgare med bröd, dressing och klyftpotatis (V)
- Tor** Kycklinggryta, ris, mango chutney
Stekta nudlar med grönsaker och sojafärs, sweet chilisås (V)
- Fre** Pasta med Bolognasås, riven ost (V)

Vecka 15 ● 9/4–13/4

- Mån** Korv stroganoff (fläsk), ris, crème fraiche
Korv stroganoff (nötkött), ris, crème fraiche (F)
Tofugryta med kokos, ris, crème fraiche (V)
- Tis** Bouletter, mynta- och vitlöksyoghurt, bulgur (V)
- Ons** Pasta, krämig tomatsås, riven ost (V)
- Tor** Fiskgryta med tomat, kokos och koriander, bulgur
Currygryta Taj Mahal, bulgur, mango chutney (V)
- Fre** Potatisfrestelse med sojafärs, ost och chili (V)

Vecka 16 ● 16/4–20/4

- Mån** Falafel, vitlöksdressing, ris, tortillabröd (V)
- Tis** Pastagrätäng med lax och örter, citronmajonnäs
Broccoli- och rotfruktsgratäng, citronmajonnäs (V)
- Ons** Skånsk kalops, kokt potatis, rödbetor
Gulaschgröta, kokt potatis, crème fraiche (V)
- Tor** Blomkål- och potatisgratäng, bröd och pålägg (V)
Tomat- och olivpaj (V)
- Fre** Ostgratinerad lasagnette med grönsaker, ärröra (V)

Vecka 17 ● 23/4–27/4

- Mån** Kycklinggryta med kokos, kardemumma och apelsin, ris
Böngryta med kokos och koriander, ris, mango chutney (V)
- Tis** Italiensk makaronigratäng (V)
- Ons** Oxievängssoppa, bröd och pålägg (V)
- Tor** Lax med paprika- och purjolökstäck, potatis
Thaikryddad böngryta, potatis, mango chutney (V)
- Fre** Wienerkorv, potatismos, ketchup, senap, ajvar relish
Kycklingkorv, potatismos, ketchup, senap, ajvar relish (F)
Veggiekorv, potatismos, ketchup, senap, ajvar relish (V)

Vegetarisk (V) Fläskfri (F)

Menyn gäller alltid med en reservation för ändringar. Oförutsedda händelser hos Malmö stads leverantörer av råvaror och livsmedel kan ske, vilket kan påverka menyn.

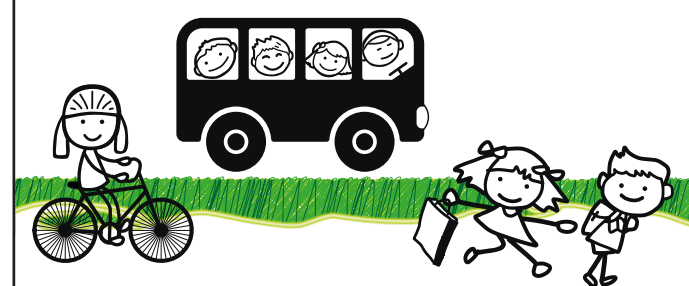
Vill du göra skillnad?

Bli familjehem eller jourhem och ta hand om framtidens läkare, förskollärare, svetsare och statsministrar.

Läs mer på www.malmo.se/familjehem



Vänliga skolvägar är de vi går, cyklar eller åker kollektivt på.



malmo.se/vanligvag



KOLLA IN VÅRA NYA FILMER!

malmo.se/gymnasieskola/oppethus