

Matsedel



Helsjön folkhögskola

Vecka 3

Måndag	Biff Köpenhamn med sås och potatis <i>Kravmärkt nötkött</i> Tofufärs med kikärter, sås och potatis	Dessert Frukt
Tisdag	Chilikorvlåda med pasta Squashberginegratäng med pasta	Dessert Frukt
Onsdag	Kycklinggryta med mangochutney och ris Sojagryta med mangochutney och ris	Dessert Frukt
Torsdag	Hedvigsoppa med bröd och ost <i>Kravmärkt nötfärs</i> Tomatsoppa med linser, bröd och ost	Dessert Bärpaj med choklad-
Fredag	Fiskgryta med chorizo, ris och aioli Grönsaksgryta med tofu och bönor, ris och aioli	Dessert Frukt
Lördag	Gerds lax med potatis Purjolökslåda med potatis	Dessert Glass
Söndag	Kycklinggryta med ris Grönsaksgryta med ris	Dessert Kaka

87 kr. Grönsaker och säsongsanpassat salladsbord, hårt bröd, måltidsdricka/vatten samt kaffe/te ingår.

Med reservation för ändringar.

Lunchservering kl 12-13.00. Om fler än 5 p, ring på förmiddagen. 0320-20 58 35/20 58 36

För lunch på helgen (103 kr), ring senast fredag

www.helsjon.se