

Lunch vecka 7  
12-16/2



# *Kajan Friskola*

## MÅNDAG

Chili con carne (nötfärs, lök, paprika, vita bönor tomat m, m) serveras med ris

Vegetariskt: Chili con carne (Quorn fårs, lök, paprika, vita bönor, tomater m, m)

## TISDAG

Stekt flundrafilé med kokt potatis & kall örtsås

Vegetariskt: Panerad stekt linsbiff med kokt potatis & kall örtsås

## ONSDAG

Pasta med broccoli & skinksås ned ädelost

Vegetariskt: Pasta med broccoli, Quorn bitar & ädelost

## TORSDAG

Pannbiff med stekt potatis, löksås & lingon

Vegetariskt: grönsaksbiff med stekt potatis, löksås & lingon

## FREDAG

Kycklingfilé med ris wokade grönsaker & kokosmjölksås

Vegetariskt: Quornfilé med ris wokade grönsaker & kokosmjölksås