



Matsedel för matdistribution Augusti 2026

NAMN: _____

- H = Grov paté:** Lättuggade och lätt svalda rätter. T.ex. fisk, färs och korv serveras hela. Helt kött serveras i slät konsistens.
- T = Timbal kost:** Vid tugg- och sväljsvårigheter, bräck eller förträngningar i matstrupen. Alla rätter har slät konsistens.
- E = Energi o proteinrik kost:** Mindre portion vid nedsatt aptit. Mängden protein och fett är densamma som en normalstor portion, men mängd kolhydrater har minskats.
- LF = Laktosfri kost**
- GF = Glutenfri kost**

Matsedeln ska lämnas in senast 16 juli

Datum	Alternativ 1	Antal	Alternativ 2	Antal
(5) Lör 1/8	Norrandslåda* (ky)		Fiskbiffar* räksås* potatis	
Dessert	Hallon/kokoskaka			
Sön 2/8	Raggmunk, baconröra*		Stek, Herrgårdssås* potatisgratäng	
(6) Mån 3/8	Blodpudding, kalkonfräs*		Korv & rotsaksgryta* potatis	
Tis 4/8	Panerad fisk, tartarsås* potatismos*		Stekt fläsk, paltbröd, vitsås* potatis	
Ons 5/8	Tacolåda*		Grönsaksbiff* svampsås* potatis	
Tor 6/8	Köttbullar (ky) gräddsås* potatis		Köttsoppa* ugnspannkaka, sylt	
Fre 7/8	Kebabgryta* vitlöksdressing* ris		Jägarfärs*, enbärssås* potatis	
Lör 8/8	Kycklinggratäng mangochutney* ugnspotatis		Panerad spätta, remouladsås* potatis	
Dessert	Toscapäron* vispad grädde			
Sön 9/8	Biff Lindström* skysås* potatis		Marinerad kyckling* BBQ-sås* potatisgratäng	
(7) Mån 10/8	Pasta Alfredo m kalkon* pasta		Stekt strömming* sandefjordssås* potatis	
Tis 11/8	Kycklingcurry* ris		Kalvsylta, rödbetssallad* potatis	
Ons 12/8	Fisk m citrontäcke* gräddfilsås* potatismos*		Kalops* potatis	

Datum	Alternativ 1	Antal	Alternativ 2	Antal
Tor 13/8	Morotssoppa m chili* tunnpannkaka, sylt		Järpar* champinjonsås* potatis	
Fre 14/8	Lasagne*		Himmelsk gryta* ugnspotatis	
Lör 15/8	Smögen fiskgratäng* potatismos*		Spansk köttgryta* potatis	
Dessert	Morotskaka			
Sön 16/8	Wallenbergare* brunsås* potatis		Skinkstek, rödvinssås* potatisgratäng	
(1) Mån 17/8	Pastasås m korv* (ky) pasta		Pölsa* potatis	
Tis 18/8	Panerad fisk, remouladsås* potatismos*		Kött & mospudding* brunsås*	
Ons 19/8	Kycklingwok* pasta		Ugnsstekt falukorv* potatismos*	
Tor 20/8	Pannbiff, brunsås* potatis		Skaldjurssoppa* muffins	
Fre 21/8	Schnitzel, Navets bea* ugnsbotatis		Lövbiffgryta* potatis	
Lör 22/8	Raggmunk, baconröra*		Fiskgratäng Norrland* potatis	
Dessert	Pitekaka* vaniljsås			
Sön 23/8	Kasslergryta* potatis		Stek* portersås* potatisgratäng	
(2) Mån 24/8	Korv stroganoff* ris		Stekt sill* löksås* potatis	
Tis 25/8	Ostpanerad fisk* sås* potatismos*		Prinskorv, stuvade grönsaker* potatis	
Ons 26/8	Köttbullar, brunsås* potatis		Boeuf Bourgogne* potatis	
Tor 27/8	Kycklinggratäng* ris		Bondomelett* örtsås*	
Fre 28/8	Schweizerfärs* skysås* ugnsbotatis		Viltgryta* potatismos*	
Lör 29/8	Köttkorv, rotmos*		Dillkött* potatis	
Dessert	Pannacotta* bärsås*			
Sön 30/8	Laxpudding* dillsås*		Fläskfilé, rödvinssås* potatisgratäng	
(3) Mån 31/8	Kycklingbiff, brunsås* potatis		Isterband, stuvad potatis*	

Reservationer för ev. ändringar på matsedeln.

En * bakom maträtten betyder att den är tillagad av kockarna på Navet.

Tillbehöret inom parentes är förslag.

Dessert kan beställas på lördagar.