



SÖDERKÖPING.SE

Meny för äldreomsorgen 2025

Vecka 1

Måndag 30 december

Lunch Prinskorv med Janssons frestelse och rödkåls- och apelsinsallad

Dessert till lunch Persikohalvor med glass

Kvällsmat Fläskpannkaka med lingonsylt rårivna morötter

Tisdag 31 december Nyårsafton

Lunch Krämig jordärtskockssoppa med baconströssel jordärtskockschips & kökets bröd

Dessert till lunch Kokospannacotta med passionsfruktscurd och vit choklad

Kvällsmat Ostfylld fläskfilé med svampsås potatisgratäng och rotfrukter

Onsdag 1 januari Nyårsdagen

Lunch Laxgratäng med fänkål haricots vertes

Dessert till lunch Falsk kalvdans sylt

Kvällsmat Risgrynsgröt skinksmörgås

Torsdag 2 januari

Lunch Köttfärssås med pasta grönsaksblandning

Dessert till lunch Apelsinsoppa

Kvällsmat Kökets gräddstuvade pytt i panna med stekt ägg rödbetssallad

Fredag 3 januari

Lunch Stekt fisk med äpple- och basilikadressing och potatis ärtor

Dessert till lunch Glass med jordgubbssås

Kvällsmat Potatisbullar baconfräs sellerisallad

Lördag 4 januari

Lunch Kycklinggryta med chorizo och potatispuré brysselkål

Dessert till lunch Fruksallad grädde

Kvällsmat Stekt ramslöskorv med potatisgratäng sallad

Söndag 5 januari Trettondagsafton

Lunch Färsbiff med gräddsås och stekt potatis lingonsylt rostade rotfrukter

Dessert till lunch Apelsinrutor med vit chokladfrosting

Kvällsmat Gulaschsoppa med topping



Meny för äldreomsorgen 2025

Vecka 2

Måndag 6 januari Trettondedag jul

Lunch Oxbringa med rotmos ärtor

Dessert till lunch Färsk frukt

Kvällsmat Bondomelett fänkålssallad dressing

Tisdag 7 januari

Lunch Raggmunk med stekt fläsk lingonsylt grönsaksblandning

Dessert till lunch Glassbägare

Kvällsmat Lapskojs rödbetsallad

Onsdag 8 januari

Lunch Pepparrotskött med potatis morötter

Dessert till lunch Kvarg med lingon

Kvällsmat Kaviarfrestelse kall broccolisallad

Torsdag 9 januari

Lunch Kåldolmar med sås och potatis lingonsylt rostade betor

Dessert till lunch Kesokaka sylt grädde

Kvällsmat Omelett med räkstuvning blandadsallad dressing

Fredag 10 januari

Lunch Stekt strömming med potatismos grönsaker

Dessert till lunch Jordgubbskräm

Kvällsmat Kycklingpaj med coleslaw

Lördag 11 januari

Lunch Fylld köttfärslimpa(vildsvinsfärs) med svampsås rostad kulpotatis och rotfrukter

Dessert till lunch Marängkaka med aprikos

Kvällsmat Panerad fiskfilé med rödbetskräm och potatismos spetskålsallad

Söndag 12 januari

Lunch Kycklinglevergryta med potatis gelé slottsgrönsaker

Dessert till lunch Päronhalvor med vispad grädde

Kvällsmat Grön ärtsoppa



SÖDERKÖPING.SE

Meny för äldreomsorgen 2025

Vecka 3

Måndag 13 januari

Lunch Köttbullar med grönsaksgratäng och lingonsylt blomkål

Dessert till lunch Färsk frukt

Kvällsmat Potatispannkaka med skinka råkost

Tisdag 14 januari

Lunch Isterband med persiljestuvad potatis rödbetor broccoli

Dessert till lunch Krusbärskräm

Kvällsmat Prinskorv stuvad vitkål potatis tomatsallad

Onsdag 15 januari

Lunch Stekt fläsk med löksås och potatis amerikansk grönsaksblandning

Dessert till lunch Vaniljkvarg bärsås

Kvällsmat Shepherdspaj coleslaw

Torsdag 16 januari

Lunch Fiskgratäng med saltorkade tomater och squash potatismos bukettgrönsaker

Dessert till lunch Glass med kolasås

Kvällsmat Kesojansson grönsallad

Fredag 17 januari

Lunch Biff Lindström med gräddsås och potatis rostade rotfrukter

Dessert till lunch Jordgubbssoppa

Kvällsmat Prästospaj med äpple och grönkålssallad

Lördag 18 januari

Lunch Panerad kyckling med enbärssås rotfruktsgratäng klostergrönsaker

Dessert till lunch Blåbärskaka vaniljkesella

Kvällsmat Köttbullar sås potatismos lingonsylt inlagd gurka

Söndag 19 januari

Lunch Fläskkarré med gräddsås och potatis rostade morötter i ingefära

Dessert till lunch Stekta äpplen kvargtopping

Kvällsmat Champinjonsoppa



SÖDERKÖPING.SE

Meny för äldreomsorgen 2025

Vecka 4

Måndag 20 januari

Lunch Portergröda med potatis rostade betor

Dessert till lunch Glassbägare

Kvällsmat Raggmunk med fläsk lingonchutney

Tisdag 21 januari

Lunch Fiskgratäng Julienne med potatismos brysselkål

Dessert till lunch Chokladpudding vispgrädde

Kvällsmat Skinksås med pasta pizzasallad på rödkål

Onsdag 22 januari

Lunch Pannbiff med lök sås och potatis lingonsylt grönsaksblandning

Dessert till lunch Kvarg med mangosås

Kvällsmat Stekt falukorv med blomkålslåda grekisk sallad

Torsdag 23 januari

Lunch Ärtsoppa med fläsk

Dessert till lunch Pannkaka sylt

Kvällsmat Kökets pytt i panna med stekt ägg rödbetor

Fredag 24 januari

Lunch Stekt salt sill med löksås och potatis grönsaksmix

Dessert till lunch Mannagrynspudding saftsås

Kvällsmat Hamburgare med potatismos och tillbehör

Lördag 25 januari

Lunch Kycklinglårfile med ajvarsås och rostade rotfrukter haricots vertes

Dessert till lunch Körsbärspaj vaniljkesella

Kvällsmat Janssons frestelse köttbullar tomat

Söndag 26 januari

Lunch Havets Wallenbergare med sås och potatismos ärtor

Dessert till lunch Ostkaka sylt grädde

Kvällsmat Köttfärsoppa med rotfrukter



SÖDERKÖPING.SE

Meny för äldreomsorgen 2025

Vecka 5

Måndag 27 januari

Lunch Kalops(fläskkött) och potatis rödbetor euromix

Dessert till lunch Färsk frukt

Kvällsmat Gratäng med fårs och mozzarella tomatsallad

Tisdag 28 januari

Lunch Salsicciabiffar med potatisgratäng äppletzatziki morötter

Dessert till lunch Jordgubbskräm

Kvällsmat Paltbröd med fläsk och löksås potatis lingonsylt rivna morötter

Onsdag 29 januari

Lunch Ugnstekt falukorv med palsternacksmos ugnstekt broccoli

Dessert till lunch Glass chokladsås

Kvällsmat Ugnspannkaka sylt rårivna morötter

Torsdag 30 januari

Lunch Kökets pankopanerade flundra med rom- och räksås potatis ärtor

Dessert till lunch Blåbärssoppa

Kvällsmat Omelett svampstuvning och stekt brysselkålsallad med ingefära

Fredag 31 januari

Lunch Helstekt kotletråd med gräddsås och potatis

Dessert till lunch Kesofrutti med sylt

Kvällsmat Ost- och skinkpaj blandad sallad dressing

Lördag 1 februari

Lunch Fiskgratäng med ansjovis och dill (hoki) sås potatispuré brysselkål

Dessert till lunch Morotskaka

Kvällsmat Falukorv stekt ägg på smörgås rödbetssallad

Söndag 2 februari

Lunch Kycklinggryta med rosmarin och citron klyftpotatis grönsaksblandning

Dessert till lunch Drömtårta

Kvällsmat Spenatsoppa med ägghalva

Vecka 6

Med reservation för eventuella ändringar i matsedeln



Meny för äldreomsorgen 2025

Måndag 3 februari

Lunch Fyllt köttfärslimpa med sås och stekt potatis lingonsylt rostade morötter

Dessert till lunch Färsk frukt

Kvällsmat Panerad makrill med dillsås och potatis ärthummus

Tisdag 4 februari

Lunch Köttkorv med rotfruktsmos grönsaksblandning

Dessert till lunch Skogsbärskompott grädde

Kvällsmat Ansjovispaj ägghalva picklade polkabetor

Onsdag 5 februari

Lunch Fiskgratäng med citronsås och duchessepotatis broccoli/gulmorot

Dessert till lunch Mangosoppa

Kvällsmat Bondomelett blandsallad med äpple

Torsdag 6 februari

Lunch Dillkött och potatis klostergrönsaker

Dessert till lunch Ananaspaj med grädde

Kvällsmat Isterband dillsås potatismos rödbetor

Fredag 7 februari

Lunch Kyckling i äppelsås med baconströ klyftpotatis rostade gulbetor

Dessert till lunch Kvarg med rabarberkompott

Kvällsmat Smörgåstårta

Lördag 8 februari

Lunch Schnitzel med grønpepparsås rostad kulpotatis blomkål

Dessert till lunch Vaniljpannacotta med hallonspegel

Kvällsmat Laxpaté potatis kall romsås sallad

Söndag 9 februari

Lunch Sjömansbiff med färska kokta rödbetor

Dessert till lunch Björnbärscheesecake

Kvällsmat Morotssoppa aioli



SÖDERKÖPING.SE

Meny för äldreomsorgen 2025

Vecka 7

Måndag 10 februari

Lunch Currydoftande kycklinggryta med potatis grönsaksblandning

Dessert till lunch Färsk frukt

Kvällsmat Baconlåda från Östergötland tomatsallad

Tisdag 11 februari

Lunch Stekt falukorv med stuvad spenat och potatis morötter

Dessert till lunch Mangokräm

Kvällsmat Pannkakor sylt grädde morötter

Onsdag 12 februari

Lunch Lasagne euromix

Dessert till lunch Mormors kaffekräm

Kvällsmat Frittata med bladspenat med vitlöksdressing och blandad sallad

Torsdag 13 februari

Lunch Fiskgryta med räkor potatis aioli broccoli

Dessert till lunch Kvarg jordgubbssås

Kvällsmat Varm smörgås med svamp äppelsallad

Fredag 14 februari Alla hjärtans dag

Lunch Fyllt köttfärslimpa med sås och potatis lingonsylt slottsgrönsaker

Dessert till lunch Kärleksmums

Kvällsmat Kökets pizza dressing pizzasallad

Lördag 15 februari

Lunch Kasslergryta med ädelost potatis grönsaker

Dessert till lunch Kladdkaka med topping

Kvällsmat Köttbullar sås vitkålsgratäng tomat

Söndag 16 februari

Lunch Fläskstek med gräddsås och rotfruktsgratäng brysselkål

Dessert till lunch Björnbärspaj grädde

Kvällsmat Broccolisoppa med färskosttopping



Meny för äldreomsorgen 2025

Vecka 8

Måndag 17 februari

Lunch Krispig kyckling med dragonsås och ris klostergrönsaker

Dessert till lunch Färsk frukt

Kvällsmat Kesellaplättar med ratatouille grönsallad

Tisdag 18 februari

Lunch Stekt fisk med kall dillsås och potatis broccoli

Dessert till lunch Glass och kolasås

Kvällsmat Gratäng med rökt kyckling och ädelost tomatsallad

Onsdag 19 februari

Lunch Kökets färsbiffar med gräddsås och potatisgratäng gelé
rostade morötter

Dessert till lunch Jordgubbssoppa

Kvällsmat Anjas ägglåda gurksallad

Torsdag 20 februari

Lunch Isterband med persiljestuvad potatis rödbetor euromix

Dessert till lunch Kvarg med blåbärssås

Kvällsmat Bondomelett med gremolataröra

Fredag 21 februari

Lunch Pepparrotskött med potatis rostade betor

Dessert till lunch Äppelkräm

Kvällsmat Paj med spenat och brie morotssallad dressing

Lördag 22 februari

Lunch Biffstroganoff med potatis rostade grönsaker

Dessert till lunch Savaräng vispgrädde

Kvällsmat Kasslergratäng med champinjoner och ananas serveras med potatis
krispig grönkålssallad med apelsin

Söndag 23 februari

Lunch Kycklingbiffar med curry och äpple med krämig sås
rostade rotfrukter brysselkål

Dessert till lunch Kökets risifrutti

Kvällsmat Krämig ostsoppa med gräslök



SÖDERKÖPING.SE

Meny för äldreomsorgen 2025

Vecka 9

Måndag 24 februari

Lunch Köttfärsgratäng med potatis morotsmix

Dessert till lunch Färsk frukt

Kvällsmat Fläskpannkaka lingonsylt

Tisdag 25 februari

Lunch Kryddig korv- och grönsaksgryta med potatis broccoli

Dessert till lunch Aprikoskräm

Kvällsmat Kycklinggratäng med bacon och ost ärtor

Onsdag 26 februari

Lunch Panerad fisk med tartarsås och potatis brysselkål

Dessert till lunch Kvarg med äppelkompott

Kvällsmat Stuvade morötter grillkorv potatis ärthummus

Torsdag 27 februari

Lunch Köttfärssoppa

Dessert till lunch Pannkaka sylt

Kvällsmat Kesojansson köttbullar morot i crème fraiche

Fredag 28 februari

Lunch Kålpudding (Östgötagris) med gräddsås och potatis lingonsylt picklade betor

Dessert till lunch Persikohalva med glass

Kvällsmat Salami- och ostpaj grönsallad dressing

Lördag 1 mars

Lunch Lax- och spenatsås med kokt dillslungad potatis ärtor

Dessert till lunch Drömrulltårta

Kvällsmat Fläsk- och äppelburgare med klyftpotatis med rödkålsallad

Söndag 2 mars

Lunch Kyckling med mangosås potatis bukettgrönsaker

Dessert till lunch Hallon- och blåbärspaj glass

Kvällsmat Fisksoppa aioli

Vecka 10

Med reservation för eventuella ändringar i matsedeln



SÖDERKÖPING.SE

Meny för äldreomsorgen 2025

Måndag 3 mars	
Lunch	Raggmunk med baconfräs lingonsylt amerikansk grönsaksblandning
Dessert till lunch	Färsk frukt
Kvällsmat	Kaviarlåda ärtor

Tisdag 4 mars	
Lunch	Kokt fisk (Hoki) med ägg- och persiljesås och potatis klostergrönsaker
Dessert till lunch	Semla
Kvällsmat	Kökets egna pannkaka med sylt och grädde (pannkakans dag)

Onsdag 5 mars	
Lunch	Bruna bönor med stekt fläsk och potatis grönsaksmix
Dessert till lunch	Blandad fruktkräm tunngrädde
Kvällsmat	Persiljejärpar sås och potatismos tomat

Torsdag 6 mars	
Lunch	Kyckling med päron- och myntasås ris broccoli
Dessert till lunch	Bärpaj vaniljsås
Kvällsmat	Sill potatis ägghalva tomat gräslök

Fredag 7 mars	
Lunch	Skinkstek med svartvinbärssås och potatis rostade morötter
Dessert till lunch	Kvarg med körsbärssås
Kvällsmat	Omelett med räkstuvning sallad med haricots verts

Lördag 8 mars	
Lunch	Kasslergryta med potatis amerikansk grönsaksblandning
Dessert till lunch	Kökets fruktsallad med vispad grädde
Kvällsmat	Ramslöskorv sås potatisgratäng coleslaw

Söndag 9 mars	
Lunch	Smarriga fisken med selleripuré och dillslungad brysselkål
Dessert till lunch	Vaniljhjärta i form
Kvällsmat	Kycklingsoppa

Vecka 11

Med reservation för eventuella ändringar i matsedeln



SÖDERKÖPING.SE

Meny för äldreomsorgen 2025

Måndag 10 mars	
Lunch	Stekt sill med löksås och potatis bukettgrönsaker
Dessert till lunch	Färsk frukt
Kvällsmat	Potatisbullar med baconfräs keso lingonsylt
Tisdag 11 mars	
Lunch	Kökets järpar med gräddsås och potatis lingonsylt romanescoblandning
Dessert till lunch	Falsk kalvdans sylt
Kvällsmat	Stuvade morötter med prinskorv och gurksallad
Onsdag 12 mars	
Lunch	Krämig kyckling med potatisgratäng grönsaksblandning
Dessert till lunch	Kvarg med jordgubbssås
Kvällsmat	Krossad potatis med skagenröra blandadgrönsallad
Torsdag 13 mars	
Lunch	Ugnstekt falukorv med potatismos morotsmix
Dessert till lunch	Blåbärssoppa
Kvällsmat	Gratinerad blomkål med skinka morot i crème fraiche
Fredag 14 mars	
Lunch	Ugnsbakad sejrygg med apelsinmorötter och rostad potatis klostergrönsaker
Dessert till lunch	Äppelkräm
Kvällsmat	Gubbröra på kökets vis tomatsallad
Lördag 15 mars	
Lunch	Storängens vilda kyckling med sås och potatis grönsaksblandning
Dessert till lunch	Kokospäron med ingefärsgrädde
Kvällsmat	Hamburgare med tillbehör potatismos
Söndag 16 mars	
Lunch	Italienska köttbullar i tomatsås med rostad potatis haricots vertes
Dessert till lunch	Mangocheesecake
Kvällsmat	Kålsoppa med frikadeller
Vecka 12	



SÖDERKÖPING.SE

Meny för äldreomsorgen 2025

Måndag 17 mars	
Lunch	Isterband med dillstuvad potatis rödbetor brysselkål
Dessert till lunch	Färsk frukt
Kvällsmat	Bananpannkaka sylt och grädde
Tisdag 18 mars	
Lunch	Köttfärslimpa med ajvarsås och stekt potatis lingonsylt bönor
Dessert till lunch	Jordgubbskräm
Kvällsmat	Bondomelett sallad på gröna ärtor
Onsdag 19 mars	
Lunch	Fläskköttgryta med jordärtskocka och chorizo potatis grönsak
Dessert till lunch	Kesokaka, sylt och grädde
Kvällsmat	Färsbiff sås rotfruktsmos sellerisallad
Torsdag 20 mars	
Lunch	Fläskkorv med senapssås och potatismos broccoli
Dessert till lunch	Körsbärspaj vaniljkvarg
Kvällsmat	Anjas ägglåda morötter
Fredag 21 mars	
Lunch	Panerad flundra med dillsås och potatis euromix
Dessert till lunch	Aprikossoppa
Kvällsmat	Köttfärspaj grekisk sallad dressing
Lördag 22 mars	
Lunch	Rabarberkyckling med sås och potatis grönsaker
Dessert till lunch	Björnbärspaj med glass
Kvällsmat	Pastasås med skogssvamp pasta tomatsymfoni
Söndag 23 mars	
Lunch	Biff á la Lindström med sås och potatis rostad palsternacka
Dessert till lunch	Citronkladdkaka grädde
Kvällsmat	Räksoppa
Vecka 13	
Måndag 24 mars	

Med reservation för eventuella ändringar i matsedeln



SÖDERKÖPING.SE

Meny för äldreomsorgen 2025

Lunch	Kalops(fläskkött) med potatis rödbetor broccoli
Dessert till lunch	Färsk frukt.
Kvällsmat	Kökets pytt i panna med kyckling currydressing äppelsallad

Tisdag 25 mars	
Lunch	Orientalisk fiskgratäng och potatismos grönsaksblandning
Dessert till lunch	Jordgubbskräm <i>Våffla sylt grädde till eftermiddagskaffet</i>
Kvällsmat	Köttbullar persiljestuvad potatis rödbetsallad

Onsdag 26 mars	
Lunch	Grekiska kycklingbiffar med svampsås och rostad potatis lingonsylt bönor
Dessert till lunch	Glass varm chokladsås
Kvällsmat	Stekt falukorv stuvad spenat potatis blandad sallad senapsdressing

Torsdag 27 mars	
Lunch	Gulaschsoppa på nötkött vitlökstopping
Dessert till lunch	Pannkaka med sylt
Kvällsmat	Ägglåda med prinskorv

Fredag 28 mars	
Lunch	Stekt strömming med dillsmör och potatispuré ärtor
Dessert till lunch	Kvarg med körsbärssås
Kvällsmat	Kycklingpaj med mozzarellasallad dressing

Lördag 29 mars	
Lunch	Kreolskköttgryta med potatis och brysselkål
Dessert till lunch	Chokladpannacotta med bär
Kvällsmat	Laxtopping på surdegsbröd blandad sallad

Söndag 30 mars	
Lunch	Kassler med grönpepparsås och potatisgratäng grönsaker
Dessert till lunch	Sockerkaka med sylt och vispad grädde
Kvällsmat	Ängamatssoppa