

Meny vecka 2 – 2019

Måndag 7 januari 2019 – Fredag 11 januari 2019



Alltid på Henkes:

Hemlagade köttbullar i gräddsås med kokt potatis och pressgurka samt lingonsylt

Taco buffé med nötfärs, nachochips och sedvanliga tillbehör

VI HAR GJORT OM VÅRA RECEPT OCH ANVÄNDER I STÖRSTA MÅN GLUTENFRI HAVREGRYN & LAKTOSFRI GRÄDDE

Måndag

Ugnsstekt kycklingfilé serveras med rostade rotfrukter, ångkokta grönsaker och krämig currysås

Stekt chorizo serveras med rostade rotfrukter

Stekt panerad pangasiusfile serveras med kokt potatis, hemgjord skaldjursröra samt citronklyfta

Wokad kyckling & färska grönsaker med grön curry serveras med jasminris

Pasta bolognese på nötfärs serveras med **riven ost på sidan (G+L)**

Vegetariskt: Het lins och böngryta serveras med jasminris och kall **dillyoghurt (L)**

Till kaffet: Blandade kakor och bakverk

Tisdag

Långkokt kött och chiligryta serveras med kokt potatis alt jasminris

Hemlagade gluten & laktosfria raggmunkar serveras med stekt fläsk och lingonsylt

Bruna bönor serveras med stekt fläsk

Stekt fläsk serveras med kokt potatis och löksås

Pocherad fiskfilé i **västerbottenostsås** serveras med dillkryddat **potatismos (L)**

Wokad biff & färska grönsaker **patking** serveras med jasminris

Vegetariskt: Skogsspanna med sojafärs, svamp och enbär toppad med lingon serveras med kokt potatis

Till kaffet: Kanel & pistagelängd (G+L+N)

Onsdag

Nötfärsbiffar serveras med stekt potatis, timjansås och lingonsylt

Syrliga isterband serveras med persiljestuvad potatis och legymskivade rödbetor

Stekt falukorv med **stuvade makaroner (G)**

Fiskgryta med citronkryddad fiskfilé och skaldjur i cognac spetsad hummersås serveras med kokt potatis & citronklyfta

Wokad kyckling & färska grönsaker geng mas luan serveras med jasminris

Vegetariskt: Grönsakslasagne serveras med riven ost på sidan (G+L)

Till kaffet: Morotskaka med färskostkräm(G+L)

Torsdag

Pulled beef på entrecote serveras med stekt potatis, bbq sky, **briochebröd**, picklad rödlök, **guacamole** och bearnaisesås(**G+L**)

Fiskfilé i ugn med kaporis, rödbetor och vitlök toppad med färsk gräslök serveras med kokt potatis och citronklyfta

Wokade äggnudlar med strimlat kött och grönsaker (**G**)

Krämig **pasta Carbonara** med purjolök (**G+L**)

Ärtsoppa med rimmat fläsk

Pannkakor med 2 sorters sylt, **vispgrädd**, kolasås, **chokladsås**, mini marängar, mini marshmallows, bärmix,

chokladknappar, strössel, honung. (**L+N**)

(Gluten och laktosfria pannkakor finns. Säg till personalen så ordnar vi detta på några minuter)

Vegetariskt: Potatisbiffar med **chevreost** rödbetor, fikon & honung serveras med **kall rosmarindipp & pannkakor med tillbehör (G+L)**

Till kaffet: Kladdkaka med vispad grädd (G+L)

Fredag

GRILL MIX- Fläskkarré, kycklingfilé, minibiffar på nötfärs & mixedkorv serveras med **potatisgratäng**, chilisky, bearnaisesås, **tzatziki (L)**

Laxfilé i citronsås toppad med färsk dill serveras med kokt potatis och citronklyfta

Lasagne al forno på nötfärs (G+L)

Wokad kyckling och färska grönsaker röd curry serveras med jasminris

Vegetariskt: Salsamarinerade quarnfiler serveras med **potatisgratäng**, bearnaisesås & **tzatziki (L)**

Till kaffet: Smulpoj med rabarber serveras med vaniljsås (G+L)

Förklaring: G: Rätten innehåller gluten L: Rätten innehåller laktos N: Rätten innehåller nötter

Smaklig måltid önskar Charlotte och Bülent med personal

Pris: 99: - inkl. dryck, salladsbuffé, kaffe & kaka

Take away 85: -inkl. matlåda och sallad (i matlåda ingår inte dryck, kaffe eller dagens kaka)

www.henkes.nu Johannelundsvägen 3, 194 61 Upplands Väsby 08 590 300 80