

Meny vecka 20–2019

Måndag 13 maj 2019 – Fredagen 17 maj 2019

www.henkes.nu



Alltid på Henkes:

Hemlagade köttbullar i gräddsås med kokt potatis och pressgurka samt lingonsylt

Tacobuffé med nötfärs, nachochips och sedvanliga tillbehör

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

Måndag

Plommonspäckad fläskkarré serveras med stekt potatis, laktosfri gräddsås samt äppelmos och gröna ärtor

Ugnstekta kycklingdelar sweetchili serveras med jasminris eller stekt potatis

Panerad fiskfilé serveras med laktosfri skaldjursröra och kokt potatis (G)

Pasta med kyckling och färska grönsaker i krämig pestosås (G+Nöttter)

Wokad kyckling grön curry med färska grönsaker serveras med jasminris (fisksås)

Vegetariskt: Falafel serveras med rödbetshummus (G)

Till kaffet: Blandade kakor och bakverk (G+L)

Tisdag

Högrevsgröta med sambal och syrad grädde serveras med kokt potatis

Hemlagade gluten & laktosfria raggmunkar serveras med stekt fläsk och lingonsylt

Bruna bönor serveras med stekt fläsk

Stekt fläsk serveras med kokt potatis och löksås

Krämig pasta bolognese på nötfärs serveras med **riven ost (G+L)**

Pocherad fiskfilé i citron och dillsås toppad med räkor serveras med kokt potatis

Wokad biff & färska grönsaker **patking** serveras med jasminris (G+ Fisksås)

Vegetariskt: Chili sin carne serveras med jasminris

Till kaffet: Morotskaka med färskost topping (G+L)

Onsdag

Biff ala Lindström på nötfärs serveras med stekt potatis, rödvinskry samt **kryddsmör (L)**

Paj med paprikakryddad kyckling & purjolök (G+L)

Stek falukorv serveras med **stuvade makaroner (G)**

Thaifiskgröta med kokosmjölk toppad med koriander serveras med kokt potatis

Wokad kyckling med färska grönsaker **tomka** serveras med jasminris (fisksås)

Vegetariskt: Grönsaks Moussaka (L)

Till kaffet: Ananaskaka med kokos Tosca (G+L)

Torsdag

Två sorters gyros ala Henkes- Fläsk och kycklinggyros serveras med pommes frites, **grekisk sallad, tzatziki** och pitabröd (G+L)

Bbq kryddade grillade revbensspjäll serveras med pommes frites

Wokade äggnudlar med strimlat kött och grönsaker i sojasås (G+ fisksås)

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

Fisk i äggsås toppad med räkor och färsk dill serveras med kokt potatis

Ärtsoppa med rimmat fläsk

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

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

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

Vegetariskt: Krämig sparrissoppa med **örtkrutonger & pannkakor med tillbehör (G+L)**

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

Fredag

Grillad biff serveras med **prästostslungad** potatis, rödvinskry samt **vitlök & ört smör (L)**

Prinskorv och rotfruktslåda med äpple och fetaost serveras med Dijon dipp (L)

Panerad torsk serveras med kokt potatis samt **crabfish tzatziki (G+L)**

Wokad kyckling **röd curry** med färska grönsaker serveras med jasminris (fisksås)

Krämig pasta med kyckling, spenat, saltad tomat & vitlök (G)

Vegetariskt: **Cannelloni med färskost och basilika i tomatsås (G+L)**

Till kaffet: Smulpaj 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