

Meny vecka 49–2018

Måndag 3 december – Fredagen 7 december



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

Persiljebiffar på nötfärs serveras med potatismos, **messmörsås** och ångkokta grönsaker (L)

Lunchkorv i senapssås serveras med kokt potatis

Stekt panerad fiskfilé serveras med kokt potatis och skaldjursröra samt citron (G)

Wokad kyckling röd curry med färska grönsaker serveras med jasminris

Pasta med biff & färska grönsaker i krämig pepparrotssås (G)

Vegetariskt: Grönkålsbullar serveras med jasminris och aioli (G)

Till kaffet: Sockerkaka med mörk choklad serveras med lättvispad grädde (G+L)

Tisdag

Flygande Jakob med kyckling serveras med jasminris alt kokt potatis och **jordnötter på sidan** (N)

Oxbringa med pepparrotssås serveras med kokt potatis

Hemlagad raggmunk serveras med stekt fläsk samt lingonsylt

Bruna bönor serveras med stekt fläsk

Löksås serveras med stekt fläsk och kokt potatis

Pocherad fisk i calvadossås serveras med kokt potatis, citronklyfta och aioli

Krämig pasta med kyckling och färska grönsaker i currysås (G)

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

Vegetariskt: Flygande Jakob med quarnbitar serveras med jasminris alt kokt potatis och jordnötter på sidan (N)

Till kaffet: Mjukpepparkaka med färskosttopping smaksatt med lingon(G+L)

Onsdag - MEDELHAVET

Kycklingspett & köfte på nötfärs serveras med stekt potatis, rödvinssky samt cobansallad, **tzatziki**, hummus, ajvar och **haydari** (L)

Nötfärsfylld aubergine med tomatssås serveras med **tzatziki** (L)

Sucuk yumurta- Stekt korv med stekt ägg och kryddat med paprikakrydda

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

Sepzali fisk - Ugnsbakad fisk med zucchini, tomat, paprika, lök och tomatssås serveras med kokt potatis och aioli

Wokad kyckling namja med färska grönsaker serveras med jasminris

Vegetariskt: Gözleme- Stekt tunnbröd fylld med fetaost, rödlök, persilja och vitlök serveras med haydari (G+L)

Till kaffet: Baklava (G+L+N) Sekerpare (G+L+N)

Torsdag

Pepparkryddad helstekt fläskfilé serveras med stekt potatis, chasserusås & tomatssallad

Ugnsgriljerade bbq kryddade kyckling drumsticks serveras med stekt potatis

Pocherad fiskfilé i hummersås toppad med purjolök serveras med kokt potatis

Wokade äggnudlar med strimlat kött och grönsaker (G)

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

Ärtsoppa med rimmat fläsk

Pannkakor med 2 sorters sylt, **vispgrädde**, 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: Wokade äggnudlar med färska grönsaker och sweetchilisås (G)

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

Fredag

Fläkschnitzel serveras med stekt potatis, rödvinssky, bearnaisesås och **kapriskräm** (G+L)

Paprika kryddad kycklingklubba serveras med stekt potatis

Panerad fiskfilé serveras med kokt potatis, crabfishröra och citronklyfta (G)

Pasta puttanesca med kyckling, anjovis, kapris och oliver serveras med **rivenost** (G+L)

Wokad kyckling souer curry med färska grönsaker serveras med jasminris

Vegetariskt: Champinjon & lökomelett serveras med salladsbuffé

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: 95:- inkl dryck, salladsbuffe, kaffe & kaka

Take away 80:-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