



Matsedel för hemmaboende Kalix kommun 2020, vecka 1-12

Vecka 1

Levereras till:..... Telefonnummer:.....

		Normal	Diab				
Måndag Lunch	Fläskkarré, gräddsås, potatis, grönsaker						
Middag	Guldhavens fiskbiff. kall remouladsås, potatis, grönsaker						
Tisdag Lunch	Fläskfilé, potatisgratäng, bearnaisesås, grönsaker NYÅRSAFTON						
Middag	Örtkryddad kyckling, cidersås, ris, grönsaker						
Onsdag Lunch	Wallenbergare, gräddsås, potatis, grönsaker						
Middag	Stekt lax, citronsås, potatis, grönsaker NYÅRSDAGEN						
Torsdag Lunch	Blodpudding, stekt tärnad bacon, lingonsylt						
Middag	Nikkaluoktasoppa Konserverade persikor, vispgrädde. Diabetes: konserverade persikor						
Fredag Lunch	Sillåda, grönsaker						
Middag	Potatisbullar med bacon, lingonsylt						
Lördag Lunch	Chili con carne, ris, grönsaker						
Middag	Köttkorv, senapssås, potatis, grönsaker						
Söndag Lunch	Köttgryta med kryddig korv, ris, grönsaker TRETTONDAGSAFTON						
Middag	Fisksoppa med ärthummus Morotskaka						

Med reservation för ev. ändringar.



Matsedel för hemmaboende Kalix kommun 2020, vecka 1-12

Vecka 2

Levereras till:..... Telefonnummer:.....

		Normal	Diab				
Måndag Lunch	Köttfärsgratäng med potatis, grönsaker TRETTONDEDAGJUL						
Middag	Dillkött, potatis, grönsaker						
Tisdag Lunch	Kycklinggratäng med ananas, stekt potatis, grönsaker						
Middag	Fläskpannkaka, grönsaker						
Onsdag Lunch	Bondsås, potatis, grönsaker						
Middag	Gratinerad falukorv, brunsås, potatismos, grönsaker						
Torsdag Lunch	Kokt Alaska Pollock, citronsås, potatis, grönsaker						
Middag	Köttfärssås, spagetti, grönsaker						
Fredag Lunch	Viltskav, potatismos, grönsaker						
Middag	Korvsoppa Toscapäron. Diabetes: konserverade päron						
Lördag Lunch	Gratinerad kyckling med mango chutney, ris, grönsaker						
Middag	Fiskpanett, kall dillsås, potatis, grönsaker						
Söndag Lunch	Skinkstek, örtsås, potatisgratäng, grönsaker						
Middag	Kött- och grönsakssoppa Chokladkaka, fruktcocktail						

Med reservation för ev. ändringar.



KALIX KOMMUN

Matsedel för hemmaboende Kalix kommun 2020, vecka 1-12

Vecka 3

Levereras till:..... Telefonnummer:.....

		Normal	Diab				
Måndag Lunch	Sjömansbiff, grönsaker						
Middag	Kokt sejfilé, krämig tomat- och basilikasås, potatis, grönsaker						
Tisdag Lunch	Köttbullar, brunsås, stuvade makaroner, grönsaker						
Middag	Raggmunkar, stekt fläsk, lingonsylt						
Onsdag Lunch	Dragonfisk, potatis, grönsaker						
Middag	Hemlagad pytt i panna, stekt ägg, rödbetor						
Torsdag Lunch	Korv stroganoff, ris, grönsaker						
Middag	Broccolisoppa med skinka Mördegskaka med blåbär och hallon						
Fredag Lunch	Fläskbog, senapssås, rotmos, grönsaker						
Middag	Skepparströmming med dillsås, potatis, grönsaker						
Lördag Lunch	Kålpudding, brunsås, potatis, lingonsylt						
Middag	Skinksås, pasta, grönsaker						
Söndag Lunch	Plommonspäckad karré, gräddsås, potatisgratäng, grönsaker						
Middag	Laxsoppa Jordgubbskaka, vaniljsås						

Med reservation för ev. ändringar.

Adress:
Kalix kommun
952 81 Kalix

Besöksadress:
Nygatan 4

Telefon: 0923-650 00
Fax: 0923-150 92

www.kalix.se
kommun@kalix.se



Matsedel för hemmaboende Kalix kommun 2020, vecka 1-12

Vecka 4

Levereras till:..... Telefonnummer:.....

		Normal	Diab				
Måndag Lunch	Bryggargryta, potatis, grönsaker						
Middag	Köttfärsbiffar, stuvad grönsaksblandning, potatis						
Tisdag Lunch	Leverkaka, brunsås, potatis, grönsaker						
Middag	Potatisbullar med bacon, lingonsylt						
Onsdag Lunch	Makaronpudding, vitsås, grönsaker						
Middag	Kyckling Marengo (kycklinggryta med tomat), ris, grönsaker						
Torsdag Lunch	Fiskgratäng med hummertsås, potatis, grönsaker						
Middag	Ärtsoppa Plättar, sylt						
Fredag Lunch	Köttgryta med purjolök, potatis, grönsaker						
Middag	Potatislåda med köttfärs, grönsaker						
Lördag Lunch	Fiskpudding, skirat smör, potatis, grönsaker						
Middag	Köttfärssås, spagetti, grönsaker						
Söndag Lunch	Helstekt kotlettrad, gräddsås, stekt potatis, grönsaker						
Middag	Smakrik morotssoppa Äppelkaka, vaniljsås						

Med reservation för ev. ändringar.



KALIX KOMMUN

Matsedel för hemmaboende Kalix kommun 2020, vecka 1-12
Vecka 5

Levereras till:..... Telefonnummer:.....

		Normal	Diab				
Måndag Lunch	Kyckling paprikash (gryta), ris, grönsaker FÖRINTELESENS MINNESDAG						
Middag	Köttfärs med ostcrème och tomat, brunsås, potatis, grönsaker						
Tisdag Lunch	Fläskpannkaka, lingonsylt						
Middag	Janssons frestelse, kokt ägghalva, grönsaker						
Onsdag Lunch	Oxjärpar, brunsås, potatismos, grönsaker						
Middag	Skinkpizza, pizzasallad						
Torsdag Lunch	Pastasås med skinka och crème fraiche, pasta, grönsaker						
Middag	Redd grönsakssoppa Ostkaka, sylt						
Fredag Lunch	Biff Köpenhamn (köttfärslåda med bacon), brunsås, potatis, grönsaker						
Middag	Fisk- och purjolöksgratäng, potatis, grönsaker						
Lördag Lunch	Fläskkarré, champinjonsås, potatis, grönsaker						
Middag	Krämig kycklingsoppa Kokosgratinerad ananas, vispgrädde. Diabetes: gratinerad ananas						
Söndag Lunch	Skink- och broccolipaj, kall örtsås, grönsaker						
Middag	Köttfärsbiffar, gräddsås, stekt potatis, grönsaker						

Med reservation för ev. ändringar.

Adress:
Kalix kommun
952 81 Kalix

Besöksadress:
Nygatan 4

Telefon: 0923-650 00
Fax: 0923-150 92

www.kalix.se
kommun@kalix.se



Matsedel för hemmaboende Kalix kommun 2020, vecka 1-12

Vecka 6

Levereras till:..... Telefonnummer:.....

		Normal	Diab				
Måndag Lunch	Falufrestelse, grönsaker						
Middag	Fiskgryta med skaldjur, potatis, grönsaker						
Tisdag Lunch	Stekt fläsk, löksås, potatis, grönsaker						
Middag	Portergryta, potatis, grönsaker						
Onsdag Lunch	Fisk Björkeby, kall dillsås, potatis, grönsaker						
Middag	Kroppkakor, skirat smör, grönsaker						
Torsdag Lunch	Renskavslåda, rårörda lingon, grönsaker SAMERNAS NATIONALDAG						
Middag	Fisksoppa Kaka med smörkräm och kokos. Diabetes: bärkaka						
Fredag Lunch	Isterband, stuvad potatis, rödbetor						
Middag	Leverbiffar, brunsås, potatis, grönsaker						
Lördag Lunch	Kalops, potatis, grönsaker						
Middag	Prinskorv, stuvade morötter, potatis						
Söndag Lunch	Laxlåda, grönsaker						
Middag	Minestrone-soppa med kyckling Päronkaka, kardemummagrädde. Diabetes: päronkaka						

Med reservation för ev. ändringar.



KALIX KOMMUN

Matsedel för hemmaboende Kalix kommun 2020, vecka 1-12

Vecka 7

Levereras till:..... Telefonnummer:.....

		Normal	Diab				
Måndag Lunch	Gratinerad kassler, gräddsås, ris, grönsaker						
Middag	Biff Lindström, brunsås potatis, grönsaker						
Tisdag Lunch	Kokt Alaska Pollock med rotfruktssås, potatis, grönsaker						
Middag	Nikkaluoktasoppa Konserverade persikor, vispgrädde. Diabetes: konserverade persikor						
Onsdag Lunch	Kycklinggratäng med rökt skinka, ris, grönsaker						
Middag	Köttkorv, skysås, potatismos, grönsaker						
Torsdag Lunch	Ungersk fläskgulasch, potatis, grönsaker						
Middag	Blodpudding, stekt tärnad bacon, lingonsylt						
Fredag Lunch	Matjesillåda med potatis, grönsaker ALLA HJÄRTANS DAG						
Middag	Gudfaderns ostsoppa (soppa med skinka och pasta) Hjärtebakelse						
Lördag Lunch	Chili con carne, ris, grönsaker						
Middag	Fläskpannkaka, lingonsylt						
Söndag Lunch	Färsbiff, brunsås, potatis, grönsaker						
Middag	Skinkstek, gräddsås, stekt potatis, grönsaker						

Med reservation för ev. ändringar.

Adress:
Kalix kommun
952 81 Kalix

Besöksadress:
Nygatan 4

Telefon: 0923-650 00
Fax: 0923-150 92

www.kalix.se
kommun@kalix.se



KALIX KOMMUN

Matsedel för hemmaboende Kalix kommun 2020, vecka 1-12

Vecka 8

Levereras till:..... Telefonnummer:.....

		Normal	Diab				
Måndag Lunch	Omelett, skink- och svampstuvning, grönsaker						
Middag	Stekt lax, kall romsås, potatis, grönsaker						
Tisdag Lunch	Potatispalt, skirat smör, lingonsylt						
Middag	Köttfärsbiffar, gräddsås, potatis, grönsaker						
Onsdag Lunch	Kreolsk köttgryta, potatis, grönsaker						
Middag	Gratinerad falukorv, brunsås, potatismos, grönsaker						
Torsdag Lunch	Kokt Alaska Pollock, citronsås, potatis, grönsaker						
Middag	Köttfärssås, spagetti, grönsaker						
Fredag Lunch	Viltskav, potatismos, grönsaker						
Middag	Gästbudssoppa Chokladkaka						
Lördag Lunch	Gratinerad kyckling, ris, grönsaker						
Middag	Fiskpanett, kall remouladsås, potatis, grönsaker						
Söndag Lunch	Skinkstek, örtsås, potatisgratäng, grönsaker						
Middag	Kött- och grönsakssoppa Toscapäron. Diabetes: konserverade päron						

Med reservation för ev. ändringar.

Adress:
Kalix kommun
952 81 Kalix

Besöksadress:
Nygatan 4

Telefon: 0923-650 00
Fax: 0923-150 92

www.kalix.se
kommun@kalix.se



KALIX KOMMUN

Matsedel för hemmaboende Kalix kommun 2020, vecka 1-12

Vecka 9

Levereras till:..... Telefonnummer:.....

		Normal	Diab				
Måndag Lunch	Finsk laxsoppa Kvarg med bär SVERIGEFINNARNAS DAG						
Middag	Sjömansbiff, grönsaker						
Tisdag Lunch	Köttbullar, brunsås, potatismos, grönsaker FETTISDAGEN						
Middag	Stekt fläsk, brunabönor Semla						
Onsdag Lunch	Kokt sej, ägg- och persiljesås, potatis, grönsaker						
Middag	Pytt i panna, stekt, ägg, rödbetor						
Torsdag Lunch	Korv à la Forsell, ris, grönsaker						
Middag	Broccolisoppa med skinka Mördegskaka med blåbär och hallon						
Fredag Lunch	Fläskbög, senapssås, rotmos, grönsaker						
Middag	Skepparströmming med dillsås, potatis, grönsaker						
Lördag Lunch	Kålgryta med köttfärs, potatis, lingonsylt						
Middag	Skinksås, pasta, grönsaker						
Söndag Lunch	Plommonspäckad karré, gräddsås, potatisgratäng, grönsaker						
Middag	Kroppkakor, skirat smör, lingonsylt						

Med reservation för ev. ändringar.

Adress:
Kalix kommun
952 81 Kalix

Besöksadress:
Nygatan 4

Telefon: 0923-650 00
Fax: 0923-150 92

www.kalix.se
kommun@kalix.se



KALIX KOMMUN

Matsedel för hemmaboende Kalix kommun 2020, vecka 1-12

Vecka 10

Levereras till:..... Telefonnummer:.....

		Normal	Diab				
Måndag Lunch	Bryggargryta, potatis, grönsaker						
Middag	Köttfärsbiffar, stuvad grönsaksblandning, potatis						
Tisdag Lunch	Italiensk levergryta, potatis, grönsaker						
Middag	Raggmunkar, stekt fläsk, lingonsylt						
Onsdag Lunch	Makaronipudding, vitsås, grönsaker						
Middag	Kyckling med cidersås, ris, grönsaker						
Torsdag Lunch	Torsk med vårgrön sås, potatismos med pepparrot, grönsaker						
Middag	Ärtsoppa Plättar, sylt						
Fredag Lunch	Köttgryta med purjolök, potatis, grönsaker						
Middag	Potatislåda med köttfärs, grönsaker						
Lördag Lunch	Fiskpudding, skirat smör, potatis, grönsaker						
Middag	Köttfärssås, spagetti, grönsaker						
Söndag Lunch	Helstekt kotletråd, gräddsås, stekt potatis, grönsaker						
Middag	Spenatsoppa, kokt ägghalva Äpplekaka, vaniljsås						

Med reservation för ev. ändringar.

Adress:
Kalix kommun
952 81 Kalix

Besöksadress:
Nygatan 4

Telefon: 0923-650 00
Fax: 0923-150 92

www.kalix.se
kommun@kalix.se



KALIX KOMMUN

Matsedel för hemmaboende Kalix kommun 2020, vecka 1-12

Vecka 11

Levereras till:..... Telefonnummer:.....

		Normal	Diab				
Måndag Lunch	Lax i krämig sås, potatis, grönsaker						
Middag	Köttfärs med ostcrème och tomat, brunsås, potatis, grönsaker						
Tisdag Lunch	Jägargryta, potatis, grönsaker						
Middag	Janssons frestelse, kokt ägghalva, grönsaker						
Onsdag Lunch	Oxjärpar, brunsås, potatismos, grönsaker						
Middag	Skinkpizza, grönsaker						
Torsdag Lunch	Pastasås med skinka och crème fraiche, pasta, grönsaker						
Middag	Redd grönsakssoppa Ostkaka, sylt						
Fredag Lunch	Biff Köpenhamn (köttfärslåda med bacon) potatis, lingonsylt						
Middag	Kokt fisk, stuvad spenat, potatis						
Lördag Lunch	Fläskkarré, champinjonsås, potatis, grönsaker						
Middag	Krämig kycklingsoppa Kokosgratinerad ananas, grädde. Diabetes: konserverad ananas						
Söndag Lunch	Skink- och broccolipaj, kall örtsås, grönsaker						
Middag	Köttfärsbiffar, gräddsås, stekt potatis, grönsaker						

Med reservation för ev. ändringar.

Adress:
Kalix kommun
952 81 Kalix

Besöksadress:
Nygatan 4

Telefon: 0923-650 00
Fax: 0923-150 92

www.kalix.se
kommun@kalix.se



Matsedel för hemmaboende Kalix kommun 2020, vecka 1-12

Vecka 12

Levereras till:..... Telefonnummer:.....

		Normal	Diab				
Måndag Lunch	Falufrestelse, grönsaker						
Middag	Fiskgryta med skaldjur, potatis, grönsaker						
Tisdag Lunch	Stekt fläsk, löksås, potatis, grönsaker						
Middag	Korvsoppa Jordgubbskräm						
Onsdag Lunch	Fisk Björkeby, kall dillsås, potatis, grönsaker						
Middag	Potatisbullar med bacon, lingonsylt						
Torsdag Lunch	Isterband, stuvad potatis, grönsaker						
Middag	Fisksoppa Kaka med smörkräm och kokos. Diabetes: bärkaka						
Fredag Lunch	Norrlandspanna, (nötkött, potatis) grönsaker						
Middag	Leverbiffar, brunsås, potatis, grönsaker						
Lördag Lunch	Kalops, potatis, grönsaker						
Middag	Stekt falukorv, stuvade morötter, potatis						
Söndag Lunch	Laxlåda, grönsaker						
Middag	Köttbullar, rosépepparsås, potatis, grönsaker						

Med reservation för ev. ändringar.