

Standard- og lettfordøyelig kost uke 1, 2, 3 - NY 2025

Gjelder for: Servicedivisjon/Mat- og ernæringsavdeling/Mat- og ernæringsavdeling - felles

Dokumenttype: Avdelingens dokumentasjon

Sist endret: 04.11.2025

Standard- og lettfordøyelig kost		MENYUKE 1	(Ukenr. 2025: 46, 49, 52)
MANDAG		Brun lapskaus med oksekjøtt 7 (inneholder: selleri) ★★☆☆☆ P	
		Torsk 5-6 (inneholder: fisk), hvit saus 3 (inneholder: soya, melk), erterpuré 4-5 (inneholder: soya, melk), potet 5 ★★☆☆☆ P	
TIRSDAG		Blomkålgrateng med bacon 7 (inneholder: egg, soya, melk), salat, husets rømmedressing 3 (inneholder: egg, melk, sennep), potet 5 ★★☆☆☆ P	
		Fiskeboller 5 (inneholder: fisk, melk), hvit saus 3 (inneholder: soya, melk), herregårdsblanding 7 , potet 5 ★☆☆☆☆	
ONSDAG		Orientalsk svinogryte 7 , herregårdsblanding 7 , ris 6-7 ★★☆☆☆ P	
		Fiskekaker 5 (inneholder: fisk, melk), gressløksaus 3 (inneholder: soya, melk), gulrotstuing 7 (inneholder: soya, melk), potet 5 ★★☆☆☆ P	
TORSDAG		Kjøttkaker 5 , brun saus 3 (inneholder: soya, melk), kålstuing 7 (inneholder: soya, melk), potet 5 ★★☆☆☆	
		Pudding med mandelsmak 4 (inneholder: melk), bærsaus 4 ★★☆☆☆	
FREDAG		Kreolsk fiskegryte 6-7 (inneholder: fisk, soya, melk), blomkål, potet 5 ★★☆☆☆ P	
		Fruktcocktail 6-7 ★☆☆☆☆	
FREDAG		Tikka masala kyllinggryte 7 (inneholder: soya, melk), aspargesbønner 7 , ris 6-7 ★★☆☆☆ P	
		Fiskegrateng 6-7 (inneholder: egg, fisk, soya, melk), gressløksaus 3 (inneholder: soya, melk), gulrot 7 , potet 5 ★★☆☆☆ P	
FREDAG		Jordbærfromasj 5 (inneholder: melk) ★★☆☆☆	
			

LØRDAG	Risgrøt 7 (inneholder: melk) ★  Lasagne 7 (inneholder: hvete, soya, melk), husets rømmedressing 3 (inneholder: egg, melk, sennep), salat 7 ★★ ★ P Kake 5-6 (inneholder: hvete, egg, soya, melk) ★★ ★
SØNDAG	 Røkt svinekam 7 , brun saus 3 (inneholder: soya, melk), rotmos 4-5 (inneholder: soya, melk), potet 5 ★★  Dampet laks 5-6 (inneholder: fisk), dill- og sitronsau 3 , agurksalat 7 , potet 5 ★★ ★ P  Sjokoladepudding 4 (inneholder: melk), vaniljesau 3 (inneholder: melk) ★★

Allergener i parentes og kursiv.: Anbefales for lettfordøyelig kost**IDDSI nivå: Rødt tall etter hver komponent**

Middagstilbudet med høyest proteininnhold er merket "P".

Med forbehold om endringer

Rett med grønn skrift er vegetarisk

Energiinnhold:	Middag: ★ = 280 - 350 kcal	★★ = 350 - 450 kcal	★★★ = 450 - 600 kcal
	Dessert: ★ = 125 - 150 kcal	★★ = 150 - 200 kcal	★★★ = 200 - 250 kcal

Standard- og lettfordøyelig kost		MENYUKE 2	(Ukenr. 2025: 47, 50)
MANDAG	 	Lapskaus med salt svinekjøtt 6-7 (inneholder: selleri) ★★☆☆☆ Sprøbakt sei 7 (inneholder: fisk, hvete, sennep), gressløksaus 3 (inneholder: soya, melk), ovnsbakte grønnsaker med poteter 7 ★★☆☆☆ P Rosa gelé med bringebærsmak 4 , vaniljesaus 3 (inneholder: melk) ★	
TIRSDAG		Pasta 7 (inneholder: hvete), pastasaus 6 (inneholder: soya, selleri), brokkoliblanding 7 ★★☆☆☆ Fiskeform med rød karri 6 (inneholder: fisk, melk), brokkoliblanding 7 , ris 6-7 ★★☆☆☆ P Fruktgrøt 5-6 ★	
ONSDAG	 	Oksegryte med bønner 7 (inneholder: soya), herregårdsblanding 7 , potet 5 ★★☆☆☆ P Fiskepudding 5 (inneholder: fisk, melk), hvit saus 3 (inneholder: soya, melk), herregårdsblanding 7 , potet 5 ★★☆☆☆ Pudding med mandelsmak 4 (inneholder: melk), bærsaus 4 ★★☆☆☆	
TORSDAG	 	Stekte kjøttpølser 5 , brun saus 3 (inneholder: soya, melk), erter 6 , potetmos 4-5 (inneholder: soya, melk) ★★☆☆☆ Torsk 5-6 (inneholder: fisk), gressløksaus 3 (inneholder: soya, melk), gulrot 7 , potet 5 ★★☆☆☆ P Fruktcocktail 6-7 ★	
FREDAG	 	Sweet & sour kyllinggryte 7 , brokkoliblanding 7 , ris 6-7 ★★☆☆☆ Sei i form med ostesaus 5-6 (inneholder: fisk, melk, soya, selleri), gulrot 7 , potet 5 ★★☆☆☆ P Jordbærfromasj 5 (inneholder: melk) ★★☆☆☆	
LØRDAG		Risgrøt 7 (inneholder: melk) ★★☆☆☆ Chili sin carne 5 (inneholder: soya), husets rømmedressing 3 (inneholder: egg, melk, sennep), salat 7 , ris 6-7 ★★☆☆☆ P Kake 5-6 (inneholder: hvete, egg, soya, melk) ★★☆☆☆	
SØNDAG	 	Svinestek 7 , brun saus 3 (inneholder: soya, melk), surkål 6 , potet 5 ★★☆☆☆ Seibiff 5-6 (inneholder: fisk, hvete), løksjy 7 (inneholder: soya), blomkålsblanding 7 , potet 5 ★★☆☆☆ P Panna cotta 5 (inneholder: melk), bærsaus 5-6 ★★☆☆☆	✿: ÷kål, med blomkålsblanding ✿: Uten løksjy

Allergener i parentes og kursiv.

✿: Anbefales for lettfordøyelig kost

IDDSI nivå: Rødt tall etter hver komponent

Middagstilbudet med høyest proteininnhold er merket "P".

Med forbehold om endringer

Rett med grønn skrift er vegetarisk

Energiinnhold: Middag: ★ = 280 - 350 kcal
Dessert: ★ = 125 - 150 kcal

★★ = 350 - 450 kcal
★★★ = 150 - 200 kcal

★★★★ = 450 - 600 kcal
★★★★★ = 200 - 250 kcal

Standard- og lettfordøyelig kost		MENYUKE 3	(Ukenr. 2025: 45, 48, 51)
MANDAG		Lapskaus med salt lammekjøtt 7 (inneholder: selleri) ★★☆☆	
		Dampet laks 5-6 (inneholder: fisk), dill- og sitrønsaus 3 , ovnsbakte grønnsaker med poteter 7 ★★☆☆ P 	
		Rosa gelé med bringebærsmak 4 , vaniljesaus 3 (inneholder: melk) ★	
TIRSDAG		Skinke og brokkoligrateng 6-7 (inneholder: egg, soya, melk), husets rømmedressing 3 (inneholder: egg, melk, sennep), salat 7 , potet 5 ★★☆☆ P 	
		Fiskekaker 5 (inneholder: fisk, melk), gressløksaus 3 (inneholder: soya, melk), gulrotstuing 7 (inneholder: soya, melk), potet 5 ★★☆☆ 	
		Fruktgrøt 5-6 ★	
ONSDAG		Kalkun kjøttboller 5 (inneholder: melk), fløtesaus 3 (inneholder: soya, melk), brokkoliblanding 7 , potet 5 ★★☆☆ P 	
		Fiskepudding 5 (inneholder: fisk, melk), hvit saus 3 (inneholder: soya, melk), brokkoliblanding 7 , potet 5 ★ 	
		Pudding med mandelsmak 4 (inneholder: melk), bærsaus 4 ★★	
TORSDAG		Bali kyllinggryte 7 (inneholder: soya), fullkornsrís med grønnsaker 7 ★★	
		Fiskegrateng 6-7 (inneholder: egg, fisk, soya, melk), gressløksaus 3 (inneholder: soya, melk), gulrot 7 , potet 5 ★★☆☆ P 	
		Fruktcocktail 6-7 ★	
FREDAG		Karbonader 5 (inneholder: melk), brun saus 3 (inneholder: soya, melk), syltet rødløk 7 , ovnsbakte grønnsaker med poteter 7 ★★☆☆ P	
		Sprøbakt fiskerullade 6 (inneholder: fisk, hvete, melk), husets rømmedressing 3 (inneholder: egg, melk, sennep), ovnsbakte grønnsaker med poteter 7 ★★☆☆ P 	
		Jordbærfromasj 5 (inneholder: melk) ★★	
LØRDAG		Risgrøt 7 (inneholder: melk) ★ 	
		Spansk pøsegryte 7 (inneholder: soya), amerikansk blanding 7 , ris 6-7 ★★☆☆ P	
		Kake 5-6 (inneholder: hvete, egg, soya, melk) ★★☆☆	
SØNDAG		Biff Stroganoff 7 (inneholder: soya), herregårdsblanding 7 , potetmos 5 ★★☆☆ 	
		Lakseform med sennepssaus 5-6 (inneholder: fisk, melk, sennep), aspargesbønner 7 , potet 5 ★★☆☆ P	
		Karamellpudding med saus 4 (inneholder: egg, melk) ★★☆☆	

Allergener i parentes og kursiv.

: Anbefales for lettfordøyelig kost

IDDSI nivå: Rødt tall etter hver komponent

Middagstilbudet med høyest proteininnhold er merket "P".

Med forbehold om endringer

Rett med grønn skrift er vegetarisk

Energiinnhold:

Middag: ★ = 280 - 350 kcal

★★ = 350 - 450 kcal

★★★ = 450 - 600 kcal

Dessert: ★ = 125 - 150 kcal

★★ = 150 - 200 kcal

★★★ = 200 - 250 kcal