

Meny vecka 13–2020

Måndag 23 mars 2020-Fredagen 27 mars 2020

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

Pulled pork serveras med stekt kulpotatis, bbqsky och chilibearnaise

Stekt panerad pangasiusfile serveras med kokt potatis och laktosfri skaldjursröra och citronklyfta (G)

Krämig pasta med kyckling och färska grönsaker i timjansås (G+L)

Wokad kyckling namya med färska grönsaker serveras med jasminris (fisksås)

Vegetarisk: Grönsaks wok med vegetarisk biff "sweetchili" serveras med jasminris (G+L)

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

Tisdag

Flygande Jakob med kyckling serveras med jasminris och **jordnötter på sidan (Nötter)**

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 med salami och färska grönsaker i champinjonsås (G)

Pocherad fisk i het chilisås med smak av citrus serveras med kokt potatis

Wokad kyckling souer curry med färska grönsaker serveras med jasminris (G+ Fisksås)

Vegetarisk: Lins och böngryta serveras med jasminris och myntadipp

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

Onsdag

Nötfärsbiffar med smak av basilika serveras med vitlöksrostad potatis och krämig soltorkad tomatås

Stekt falukorv med **stuvade makaroner (G) (ALLTID PÅ ONSDAGAR)**

Gratinerad fiskfilé med pepparrotssås serveras med kokt potatis

Wokad biff i patking med färska grönsaker serveras med jasminris (fisksås)

Vegetarisk: **Panpizza med grönsaker serveras med pizzasallad (G+L)**

Till kaffet: Vaniljhjärtan & semlor (G+L+Nötter)

Torsdag

Helstekt vitlökspäckad entrecote serveras med ugnsbakad klyftpotatis, timjansky och choronsås

Italiensk fiskgratäng med tomat, räkor och musslor serveras med kokt potatis och aioli

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

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. (G+L+N)

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

Vegetarisk: **Pastagrätäng med grönsaker (G+L)**

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

Fredag

Pankopanerad kycklingfilé serveras med basilika stekt potatis, rödvinskylt, coleslawsallad och bearnaisesås (G)

Pocherad fiskfilé med hummersås och purjolök serveras med kokt potatis

Wokad kyckling panang med färska grönsaker serveras med jasminris

Pasta med fläsk och färska grönsaker i pepparsås (G)

Vegetarisk: **Falafel** serveras med hummus (G)

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