

		 VÄSTRA GÖTALANDSREGIONEN REGIONSERVICE	
<i>med reservation för ändringar</i>			
Portioneringslista	Enhet	E-kost	Normal A-kost, NNR
Kött:			
Gryta/Köttfärsås/Pastasåser	dl	1	1,5
Skivat kött varmt/kallt Färdig vikt	g	55	70
Fågel:			
Kycklinglårfilé	st	1	2
Kycklinginnerfilé	st	2	3
Färs:			
Köttbullar (nöt)	st	5	8
Köttbullar (bl färs)	st	3	5
Kycklingköttbullar	st	4	7
Kycklingpannbiff 40g	st	2	3
Nötfärsbiff 40g	st	2	3
Dijonfärsbiff 45g	st	2	3
Biff Lindström 55g	st	1	2
Spansk Färsbiff 65 g	st	1	2
Färsbiffar olika sorter hemlagade	st	1 liten	1 stor
Köttfärslimpa	st	1 liten	1 stor
Ugnsfärs, Kålpudding	bit	1 liten	1 stor
Korv:			
Falukorv skivad	st	2	3
Köttkorv skivad	st	2	3
Wienerkorv	st	1	2
Prinskorv	st	3	5
Frukostkorv	st	3 prinskorvar	1
Kabanoss	st	3 prinskorvar	1
Fisk:			
Fisk stekt	st	1 liten	1 stor
Fisk gratäng Rå vikt	st	1 liten	1 stor
Fiskpudding	bit	1 liten	1 stor
Fiskburgare Barn	st		1
Fiskfärsbiff	st	1 liten	1 stor
Div rätter:			
Lasagne	bit	1 liten	1 stor
Pytt i panna	g eller dl	195 g (3,5 dl)	250 g (4,5 dl)
Omelett/risgrynspudding	bit	1	1
Bondomelett med skinka	bit	1	1
Rotfruktsgratäng m skinka, Janssons frestelse, korvfrestelse, potatis- och köttfärsgratäng mm	bit	1	1
Potatisbullar	st	2	3
Raggmunk	st	2	2
Pannkaka	st	2	3
Risgrynsgröt	dl	2	3

Västerbottenpaj	bit	1	1
Paj olika sorter	bit	1	1
Palsternacks o grönkålsbiff	st	2	4
Selleristicks	st	1	2
Grönsaksbiff/ Carbbbean	st	1	2
Morotsboll	st	4	7
Ärtbiff	st	2	4
Morotsbiff	st	2	4
Rödbetsbiff	st	1	2
Broccolibiff	st	1	2
Falafel burger	st	1	2
Falafel	st	4	6
Vegetariska grytor	dl	1,5	2
Hemlagade grönsaksbiffar	st	1	2
Sås/soppa/stuvning:			
Soppa Huvudrätt	dl	2	2,5
Varm sås	dl	0,8	0,8
Kall sås	dl	1,1	1,1
Smält smör	dl	0,3	0,3
Stuvade grönsaker	dl	1	1,5
Dressing till paj, ruccolacreme etc	dl	0,5	0,5
Klickar/senaps crème etc	dl	0,30	0,30
Potatis, Ris, Pasta:			
Potatis kokt/Ugnsstekt/stekt	g	60 (NNR 120)	120 ca 2 st (NNR 160)
Rostade rotfrukter m potatis	g	70 (NNR 140)	140 (NNR 160)
Potatismos	dl	1	1,5
Ris	dl	1 (NNR 1,5)	1,5 (NNR 2)
Pasta kokt	dl	1 (NNR 2)	2 (NNR 2,5)
Stuvad potatis	dl	1,5	2
Potatisgratäng	bit	1	1,00
Råkost, Grönsaker			
Råkost vikt enligt recept. Motsvara volym:	dl	0,5	0,5 (NNR 1,0)
Varm grönsak/ugnsrostade/wokade	g	40 (NNR 50)	50 (NNR 75)
Inl rödbetor	g	40	50
Dessert:			
Krä	dl	1,2	1,5
Dessertsoppa	dl	2	2,5
Vaniljsås/vaniljvisp	dl	0,6	0,8
Vispad grädde	dl	0,4	0,5
Chokladpudding	dl	1,2	1,5
Mousser/pannacotta	st	1,0	1,0
Paj/kaka	bit	0,5	1
Fruktsallad	dl	0,5	1

Färsk frukt	st	1	1
Pannkakor dessert	st	1	2 st
Rårörda lingon 35 g	dl		0,4
Sylt 50g	dl		0,5