



PROVIANTS CATERINGMENY

Dessa menyer är vårt grundutbud, men det finns förstås mer att hämta och vi producerar och levererar gärna enligt dina önskemål. Tveka inte att höra av dig med funderingar eller förfrågningar om du inte hittar det du söker i våra menyer. Scrolla för att upptäcka hela vårt utbud eller gå direkt till rätt sida nedan. Vi levererar enligt WWFs riktlinjer för One Planet Plate, dessa rätter är utmärkta med denna symbol. 🌱 Det innebär att dessa val är extra bra för vår miljö med ett lågt koldioxidavtryck och råvaror utvalda för att gynna biologisk mångfald. Mat som gör gott på flera sätt.

HEMBAKT - FIKA OCH BAKVERK	sid 2
FRUKOST OCH MELLANMÅL	sid 3
LUNCHER	sid 4
MINGEL OCH FINGERFOODS	sid 8
MIDDAG OCH FEST	sid 10
BUFFÉER	sid 11



(G) = Innehåller Gluten

(L) = Innehåller laktos

(G/L) = innehåller gluten och laktos



HEMBAKT – FIKA OCH BAKVERK

Kanel/kardemummabulle

Sockerkringla

Morotskaka

Chokladboll

Muffins, olika varianter

Mazarin/toscamazarin

Punschrulle / dammsugare

Arracksboll

Rawball

Energibars

Äppelpaj / bläbärspaj

Tårta: T ex Princess, fransk choklad, frukt, mousse

Småkakor



(G) = Innehåller Gluten

(L) = Innehåller laktos

(G/L) = innehåller gluten och laktos



FRUKOST OCH MELLANMÅL

Hembakad surdegsfralla (ost eller ost/skinka, leverpastej)

Fruksallad/skuren frukt

Yoghurt med hemlagad granola

Kokt ägg med kaviar







Juice olika sorter

Kaffe / Te

Hälsoshots

Smoothies

Frukostpaket One Planet Plate

- Kaffe/te, vegansk surdegsfralla med smör, ost, gurka och paprika. Samt en liten kopp soygurt med blåbär och honung 
- Juice, vegansk surdegsfralla med smör, ost, gurka och paprika. Samt en liten kopp soygurt med blåbär och honung 
- Kaffe/te, halv fralla med veganost & smör och grönsaker, ett kokt ägg med flingsalt 
- Juice, halv fralla med veganost & smör och grönsaker, ett kokt ägg med flingsalt 
- Kaffe, fralla med margarin och svensk hårdost 
- Juice, fralla med margarin och svensk hårdost 



(G) = Innehåller Gluten

(L) = Innehåller laktos

(G/L) = innehåller gluten och laktos












LUNCHER

Wraps

- Örtmarinerad kyckling, caesardressing, romansallad, rödlök & hyvlad parmesan (G/L)
- Skagenröra, sallad, gurka och syrad lök (G)
- Långbakad fläksida med sushiris, sallad, syrad rödkål och chilimajonnäs (G)
- Getost, grillad paprika, sallad, honung och valnötter (G/L)
- Sötpotatiskräm med röd chili, rostade säsongsgroänsaker och ingefära (G) (vegan) 
- Knaperstekt blandsvamp och rödbetskräm av ekologiska kikärter och persilja (G) (vegan) 
- Rostad kycklinglårfile med rostade säsongsgroänsaker och vitlökssoygurt (G) 
- ”Caesar-wrap” med örtbakad ”vego-kyckling” och kapis- och citrondressing (G) (vegan) 
- ”Falafel” av svensk gräarta med syrad rödkål, vitlökssoygurt, picklad chili och färsk koriander (G) (vegan) 
- Örtmarinerade svenska bönor, krämig coleslaw, chilirostad majs och grönsalsa (G) (vegan) 
- Veganska köttbullar med rödbetsallad med friterad silverlök (G) (vegan) 
- Chipotle-rostad svamp, coleslaw, picklad rödlök, koriander vegansk färskost (G) (vegan) 
- Grekisk wrap med örtmarinerade oliver, eldad svensk grillrost och tzatziki (G/L) 
- Friterad blomkål med grätshummus, chilirostade kikärter, bulgur och örtsoygurt (G) 



Sallader


- Kyckling – Caesarkyckling med riven Wrångebäckssost och surdegskrutonger
- Västkustsallad med räkor, dilldressing, tomater, picklade grönsaker och surdegskrutonger
- Marinerad tempeh med chili och limedressing, äpple, morot och krossade jordnötter (vegan)
- Varmrökt regnbågslox med färskpotatis, kapris och silverlök, dill- och kaprismajonnäs och friterad lök 
- Gråärtsfalafel med vitlökssoygurt, tahini, picklad rödkål och dressing med chili och lime 
- Ugnsbakade gotländska gulbetor med krämbakat ägg, harissa och riven Almnäs tegel-ost från Hjo (L) 
- Krämig pastasallad med pesto av pumpafrön och örter, bakad kycklinglårfile och rostade pumpafrön 
- ”Caesar-sallad” med örtbakad ”vego-kyckling”, kapris- och citrondressing och vitlöksrostade surdegskrutonger och rostade solroskärnor (G) (vegan) 
- Grekisk sallad med örtmarinerade oliver, eldad svensk grillost, örtvinägrett och picklad silverlök (L) 
- Tabouleh av svenskt matvete med tomater och rostad mandel, serveras med kikärtsbiffar smaksatta med sesamolja, soygurt och färska örter (G) (vegan) 
- Pastasallad med grönärtspesto, örtmarinerad tofu, inlagda kronärtskockor och saltrostade pumpafrön (vegan) 
- Variation av svenska bönor, grön chilisalsa och rostade surdegskrutonger (G) (vegan) 



Fyllda surdegsbaguetter

- Kycklingcaesar: romansallad, grillad kyckling, caesardressing, gurka, rödlök och hyvlad parmesan (G/L)
- Getost: chevre, krispsallad, grillad paprika, gurka, honung och valnötter (G/L)
- Baguette med prosciuttio, mozzarella, pesto och saltorkade tomater (G/L)
- Vegansk baguette med krispsallad, hoummus, grillad paprika, gurka och ärtskott (G)

Kall lunchtallrik

- Svensk kalvstek med citron och persilja: Tunt skuren kalvstek, kapris, svarta oliver, citron och rostad paprika-, zucchini- och risonisallad
- Räk- och pastasallad: krämig penne rigate, saffranmajonnäs, västkusträkor, picklad fänkål, dill, rucola, riven västerbottensost och rostade frön
- Rimmad lax med fänkål, äpple, inlagda senapsfrön, syrlig grädde, potatissallad och dill
- Rostbiff från Dalsjöfors med krämig potatissallad, hemsyrade grönsaker, krispig lök och tartaresås
- Inkokt röding med picklad gurka, dillmajonnäs, sallad på sockerärta, potatis bondböna, schalottenlök, kallpressad rapsolja
- Räksmörgås - Handpillade räkor, svenskt gårdsägg, majonnäs och citron på hembakad tekaka (G/L – går att få glutenfri)
- Landgång med handpillade räkor, ägg, majonnäs, kallrökt lax, pepparrotvisp, rostbiff, tartarsås, cornichons, brieost, marmelad, nötter (G/L – går att få glutenfri)
- Rimmad Regnbågslax med potatissallad smaksatt med dill, syrligt äpple,  sotad grön sparris och citron samt örtvinägrett












(G) = Innehåller Gluten

(L) = Innehåller laktos

(G/L) = innehåller gluten och laktos







- Glasnudelsallad "chickenstyle" med syrad rödkål, jordnötssås, chilipicklad slanggurka och färsk koriander (vegan) 
- Örtmarinerad tofu med asiatisk kålsallad av svensk kål och vegansk sojamajonnäs (vegan) 
- Ostpaj av Wrångebäckstost med grillad sparris, "örtagårdssås", dillslungad färskpotatis och tångkaviar (vegetarisk) (G/L) 
- Kryddstekta vegoköttbullar i het tomatsås med rostad mandel, soygurt och persiljeslungad quinoa (nötter) 
- Svamp- och ostomelett med finhackad gräslök och primörsallad av säsongsgroänsaker (L) 
- Curryrostad blomkål med saltbakade kikärter, gråärtshummus, örtsoygurt och buljongkokt svensk bulgur 
- Broccolibiffar smaksatta med färsk basilika, "tzatziki", rosmarinrostad potatis och bönsallad 
- Saltbakad rotselleri med rostad majsgräm, het harissa och sallad av gröna ärtor och färsk mynta 
- Säsongens spetskål bakad med lönnfirap, rödbetshummus, picklade polkabetor, ramlöksdressing och syrlig äppelsallad 





MINGEL OCH FINGERFOODS

- Petite choux med kallrökt lax och crème fraîche, tångkaviar, dill (G)
- Toast Proviant med räkor, kallrök lax, rivet äpple, dill, pepparrot, sikrom, rågbröd (G)
- Getostkräm med bakad rödbeta, honung och rostade valnötter, rågbröd (Nötter/G)
- Smörbakad rotselleri med gräslöksmajonnäs och picklad kålrabbi, toastbröd (G)
- Krispigt hjärtsalladsblad med tartar av innanlår, grönpepparmajonnäs, friterad purjolök
- Rökt tofu med friterad vitlök, koriander, sojamajonnäs och gemsallad (vegan)
- Tunnbröd med renskav- och pepparrot- och gräslökskräm, lingon (G/L)
- Laxtartar med chili, forellrom, gurka, gemsallad
- Charkuterier med syrade grönsaker
- Chicken "Club" wrap med kycklinglårfilé, bacon, currymajonnäs, sallad, tomat, lök, äpple (G)
- Marconamandlar och stora gröna oliver
- Friterad blomkål med gräartshummus och gravad citronkräm på knäckebröd. (G) (vegan) 
- Bakad rödbeta med osten Almnäs Tegel från Hjo med smörgåskrasse på hembakat rågbröd (G/L) 
- Friterad potatis med herrgårdsostkräm och tångkaviar på hembakat rågbröd (G/L) 
- Citronbakad svartrot med chorizomajonnäs, krispigt bacon och gräslök. 





- Gubbröra med hackad gräslök på hembakat rågbröd (G/L) 
- Ostpaj av Wrångebäcksost med färskost och tångkaviar (G/L) 
- Hjärtsalladblad med marinerad tofu och färsk koriander (vegan) 
- Gratinerad kronärtskocka med riven svensk hårdost och vitlök på hembakat surdegsbröd (G/L) 
- Örtbakad rotselleri med tryffelkräm och gräslök (vegan) 
- Chipotle - Vego chicken” - taco med rostad majskräm och coleslaw (vegan) 
- Krispig svamp-taco med marinerade bönor och grön salsa (vegan) 
- Hjärtsalladblad med laxtarter av regnbågslax med marinerad vattenmelon och puffat rispapper 
- Matjessill, friterad potatis, vispat brynt smör och dill (L) 
- Grillad grön sparris med grönärtspesto på hembakat knäckebröd. (G) 
- Sotad picklad gulbeta med bakad äggkräm och röd oxalis 





MIDDAG OCH FEST, EXEMPELMENYER

Meny 1

- Spetskål med syrad grädde, forellrom från Älvdalen och kavringkrutonger (G)
- Ångad röding med kräm på broccoli, grön sparris, primörmorot, picklad lök och vitvinssås (L)
- ”Citroncheesecake” med brynt smördrömmar, färskost och lemon curd (G/L)

Meny 2

- Toast Skagen med syrad lök, senapsfrön och dillmajonnäs (G/L)
- Ryggbiff med rödvinssås, rostad potatis, tomatsallad och bearnaisesås
- Vaniljpannacotta med inkokt päron, päronmarmelad, gräddkola, päronsorbet (L)

Meny 3

- Carpaccio med tryffelmajonnäs, parmesan, machésallad, ramslökskapris, rostade pumpafrön och kallpressad rapsolja (L)
- Gös med vit sparris, forellrom, smörsås och färskpotatis (L)
- Mjölchokladkräm med mjölksorbet, chokladpärlor och harsyra (G/L)



(G) = Innehåller Gluten

(L) = Innehåller laktos

(G/L) = innehåller gluten och laktos



BUFFÉER

Exempel 8 rätter

- Kall inkokt lax - dillkräm, picklad gurka
- Citron- och timjanmarinerad kycklinglårfile - dragonkräm, syrligt äpple, friterad purjolök
- Potatissallad med rostad mandelpotatis - rädisor, sockerärter, solrosfrön, cidersenapvinägrett
- Bakad rotselleri - fänkålscrudité, turkisk yoghurt, hasselnötter, brynt smörvinägrett
- Ugnsbakade gotländska betor - prästostdipp, rostade solrosfrön
- Västerbottensostpaj - gräslökssmetana, sikrom
- Caesarsallad - hyvlad Wrångebäcksost
- Hembakat surdegsbröd med Svecia-kräm

Exempel 6 rätter

- Citron- och timjanmarinerad kycklinglårfile - dragonkräm, syrligt äpple, friterad Purjolök
- Potatissallad med rostad mandelpotatis - rädisor, sockerärter, solrosfrön, Cidersenapvinägrett
- Bakad rotselleri - fänkålscrudité, turkisk yoghurt, hasselnötter, brynt smörvinägrett
- Ugnsbakade gotländska betor - prästostdipp, rostade solrosfrön
- Västerbottensostpaj - gräslökssmetana, sikrom
- Hembakat surdegsbröd med Svecia-kräm

Exempel vegetarisk buffé 8 rätter

- Ugnsbakade gotländska betor - prästostdipp, rostade solrosfrön
- Sallad med svenskt matvete - tomatärningar, persilja, fetaost, kallpressad rapsolja
- Surdegs-crostini med färskost - päron, honungsrostade valnötter



(G) = Innehåller Gluten

(L) = Innehåller laktos

(G/L) = innehåller gluten och laktos



- Bakad rotselleri - fänkålscrudité, turkisk yoghurt, hasselnötter, brynt smörvinägrett
- Västerbottensostpaj - gräslökssmetana, tångkaviar
- Broccoli- och basilikabiffar - bönsalsa, rostade pumpakärnor
- Caesarsallad - hyvlad Wrångebäcksost
- Hembakat surdegsbröd med Svecia-kräm

Exempel vegetarisk buffé 6 rätter

- Ugnsbakade gotländska betor - prästostdipp, rostade solrosfrön
- Sallad med svenskt matvete - tomatärningar, persilja, fetaost, kallpressad rapsolja
- Surdegs-crostini med färskost - päron, honungsrostade valnötter
- Bakad rotselleri - fänkålscrudité, turkisk yoghurt, hasselnötter, brynt smörvinägrett
- Broccoli- och basilikabiffar - bönsalsa, rostade pumpakärnor
- Hembakat surdegsbröd med Svecia-kräm

Exempel One Plate Planet buffé

- Gulärtsfalafel med hummus, sirachamajonnäs, svenska rotfrukter
- Slider fylld med kräm av svarta bönor, "kålslaw", picklad rödlök, Sveciaost
- Kyckling- och matvetebollar, ratatouille, ugnsrostad potatis
- Tortilla - bakad lök, tomat, gröna örter, solrospesto
- Honungsrostade persiljerötter och morötter från Gotland, babyspenat, morotscrudité
- Sallad med oländska linser, rucola, chilifrästa svenska bönor
- Hembakat levainbröd



(G) = Innehåller Gluten

(L) = Innehåller laktos

(G/L) = innehåller gluten och laktos