

# Meny uke 45

Vi følger Nasjonal faglig retningslinje for mat og måltider i skolen.

Det serveres havregrøt på SFO en gang pr. uke, varmmat inne på SFO minst en gang pr. uke - rullerer mellom fisk, kjøtt og vegetar - og mat på tur minst en gang pr. uke.

Alle rettene på menyen blir tilpasset for de elevene som har allergi.

## Mandag

Grovt brød/ knekkebrød på tur - 1. og 2. trinn + frukt og grønt

Grovt brød/ knekkebrød på SFO + frukt og grønt - 3. og 4. trinn eget opplegg

Allergen: hvete, havre, rug. Allergen i pålegg varierer

Drikke: vann

## Tirsdag

Grovt brød/ knekkebrød + frukt og grønt

Allergen: hvete, havre, rug. Allergen i pålegg varierer

Drikke: vann

## Onsdag

Havregrøt + frukt og grønt

Allergen: melk, havre

Drikke: vann

## Torsdag

Grovt brød/ knekkebrød + frukt og grønt

Allergen: hvete, havre, rug. Allergen i pålegg varierer

Drikke: vann

## Fredag

Fiskepinner i grovt brød med raspet gulrot + frukt

Allergen: fisk, hvete, rug

Drikke: vann

God helg til alle 😊