

# Meny uke 4

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

Grovbrød/knekkebrød med pålegg + frukt og grønt

Allergen: Gluten (spelt, rug, hvete, havre)

**Avhengig av hvilket pålegg som blir valgt.**

Drikke: Vann

## Tirsdag

Utemat:

Bakt potet med tilbehør.

(Mais, paprika, løk, rømme, skinke og krydder)

Allergen: Melk

Drikke: Vann

## Onsdag

Havregrøt med frukt og krydder

Allergen: Gluten (havre) og melk

Drikke: Vann

## Torsdag

Grovbrød/knekkebrød med pålegg + frukt og grønt

Allergen: Gluten (spelt, rug, hvete, havre)

**Avhengig av hvilket pålegg som blir valgt.**

Drikke: Vann

## Fredag

Barna lager:

Ris med kyllingvinger og salat

Allergen: Ingen

Drikke: Vann