

# Meny uke 47

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

Havregrøt med frukt og krydder

Allergen: Melk og gluten (havre)

Drikke: Vann

## Tirsdag

Gulrotsuppe med grovbrød

Allergen: Melk og gluten

Drikke: Vann

## Onsdag

Grovbrød/knekkebrød med pålegg + frukt og grønt

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

Avhengig av hvilket pålegg som blir valgt.

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 mat fra andre land:

Russland

Myaso på flotski (kjøtt på sjømansvis)

og

Sharlotka (eplekake)

Allergen: Egg, melk, gluten (hvete) og sitrus

Drikke: Vann