

Karis skolors matlista 22.1 -16.2 2018

Vecka	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
4	Köttgryta M,G Potatis, sallad Veg: Vegegryta	Köttmoslåda L,G,Ä Sallad, Ättiksgurka Veg:Sojakrossmoslåd.	Knackkorvsås M,G Potatis, Sallad Veg:Linsrotsaksgröta	Ugnsfisk M, Gräddfilsås L,G,Ä Potatis, Sallad, Rödbeta Veg:Bön-linsbiffar	Broilersoppa M,G Bröd, ost Veg:Gullinssoppa
5	Leverlåda G,M,Ä Potatis, sallad Veg:Grönsakssås	Citronfisk M,Ä Tartarsås M,G Potatis, sallad Veg:Kikärtsbiffar	Kornflingebröt L, Saftsoppa M,G Bröd, ost Veg:	Kebab i tomatsås L,G Ris, Sallad Veg:Tomatvegetsås	Broilerpastalåd.L,Ä Sallad, ketchup Veg: Grönsakspastalåda
6	Korvsås G,M Potatis Varmgrönsak, ketchup Veg:Svampsås	Spemat-grynost. knappar G,Ä, Mos L,G sallad,lingonsylt	Maletköttås L,G Spaghetti ,sallad ketchup Veg:Tomatsojakrossås	Forellfrestelse L,G,Ä Sallad, Rödbeta Veg:Rotsaksfrestelse	Köttsoppa G,M Bröd, ost Veg: Snålsoppa
7	Broilerbullar L,Ä Currysås G,L Ris Sallad, sv.vinbsylt Veg:Grönsaksbullar	Ärtsoppa M,G Ost Fastlagsbulle L	Tacofisk L,G Potatis, sallad Veg:Grönsaksgratäng	Skinkfrestelse L,G,Ä Sallad, ättiksgurka Veg: Rödbetsfrestelse	Maletköttbiff M,G Sås G,M Potatis Sallad Grönsaksbiff

G = Glutenfri , L =Lactosfri, M= Mjölfri Ä=Äggfri