

Karis skolors matlista 23.4 -24. 5 2019

Vecka	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
17		Knackkorvsås M,G,Ä Makaroner Varm grönsak Veg: Medelhavsstuvn.	Köttmoslåda L,G,Ä Sallad, ketchup Veg: Sojakrossmoslåda	Ugnsfisk M,G,Ä Gräddfilsås, Potatis, Sallad Veg: Bön-linsbiffar	Broilersoppa M,G,Ä Bröd, ost Veg: Gulinsoppa
18	Leverlåda M,G,Ä Sallad, Lingonsylt Veg: Champinjonrisotto	Tortilla,Köttfylln.M, Sallad, riv.ost Veg: Vegetfylling		Kornflingsgröt L,Ä Saftsoppa Bröd, ost	Broilerpastalåda L,Ä Sallad, sv.vinbsylt Veg:Linsbatalasagne
19	Korvsås M,G,Ä Potatis, Sallad Veg: Svampsås	Spenat grynost- knappar LF,G,Ä Mos L,G,Ä, sallad Lingonsylt	Maletköttås L,G,Ä Spaghetti Sallad, ketchup Veg:Grönsaksbolognes	Forellfrestelse L,G,Ä Sallad,Rödbeta Veg:Bön-grönsaksfrest.	Köttsoppa M,G,Ä Bröd, ost Veg: Snålsoppa
20	Broilernuggets M,Ä Sås L,G, Ris Veg:Quornnuggets	Tacofisk L,G,Ä Potatis, sallad Veg:Grönsaksgratäng	Korvsoppa M,G,Ä bröd, ost Veg: Rotsakspure´soppa	Maletköttbiff,M,G Sås G,L Potatis, Sallad Veg: Rödbetsbiff	Skinkfrestelse L,G,Ä Sallad Veg: Rotsaksfrestelse
21	Skinksås G,L,Ä Pasta Sallad, ketchup Veg:Vegyucarbonara	Spenatplättar L Pastasallad M,Ä Lingonsylt	Köttfärs M,G sås G,L Potatis ,Sallad Veg:Grönsaksbiff chick	Fisksoppa L,G,Ä Bröd, ost Veg:Broccolipot.soppa	Broilerfrestelse L,G,Ä Sallad Veg: Rotsaksrödbetsfrestelse

G = Glutenfri , L =Lactofri, M= Mjölfri , Ä=Äggfri, LF=Lactosfattig