

Karis skolors matlista 7.5 – 1.6 2018

Vecka	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
19	Korvsås L,G Potatis, sallad Veg: Svampsås	Spenat- grynostknappar LF Mos L,G, sallad, lingonsylt	Köttsoppa M,G Bröd, ost Veg: Linsoppa		Maletköttsås G,M Spaghetti, Sallad ketchup Veg: Tomatsojasås
20	Broilerbullar L,Ä currysås L,G, Ris Sallad, sv.vinb.sylt Veg: vegetbullar	Tacofisk L,G Potatis, sallad Veg: grönsaksgratäng	Korvsoppa M,G Bröd, ost, morotsbit Veg: Rotsaks- pure´ soppa	Skinkfrestelse L,G,Ä Sallad, ättiksgurka Veg: Rotsaksfrestelse	Maletköttbiff M,G ,sås Potatis, sallad Veg: Rödbetsbiff
21	Skinksås L,G Pasta, sallad Veg: vegetpalermo	Spenatplättar M Pastasallad M,Ä Lingonsylt	Köttfärs G,M, sås G,M Potatis, sallad Veg: Grönsaksbiffar	Fisksoppa L,G Bröd, ost, Frukt Veg: Batatmorotssoppa	Broilerfrestelse L,G,Ä Sallad Veg: Rotsaksfrestelse
22	Köttsås G,M Potatis, Varm grönsak Ättiksgurka Veg: Grönsakssås	Makaronilåda L Sallad, Ketchup Veg: Vegemaka.låda	Risgröt L,G Saftsoppa Bröd, ost, gurkskivor	Grisschnitzel M,Ä Mos, sallad Veg: Vegetdolmar	Korvsoppa M,G Bröd, ost, morotsbit Veg: Gullinssoppa

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