

Karis skolors matlista 9.10 – 10.11 2017

Vecka	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
41	Köttbullar M,K, Sås G,M,Potatis Sallad, lingonsylt Veg:Falafelbullar	Taih gryta G,M Ris, sallad Veg:Grönsakswook	Laxfärsbiffar M,Ä Citronsås, Potatis Sallad, rödbeta VeG: Rotsaksbiff	Lasagnette L,Ä Sallad, Ketchup Veg:Spenatpestolåda	Ärtsoppa M,G Bröd, ost Veg:
42	Köttgryta G,M Potatis Sallad Veg:Vegetgryta	Ugnsfisk L,Ä Gräddfilsås L,G Potatis, sallad Rödbeta Veg:Bönlinsbiffar	Knackkorvsås M,G Potatis, sallad Varma gönsaker Veg:Lins-rots.gryta		
43	Leverlåda G,M,Ä Sallad, lingonsylt Veg:Morotslinslåda	Citronfisk M,Ä Tartarsås M,G Potatis, Sallad Veg:Kikärt-kvinno	Broilerpastalåda L,G Sallad, sv.vinbsylt Veg:Tomatsojakrossås	Kebab i tomatsås M,G Ris Sallad Veg:Vegetlåda	Kornflingebröt L Saftsoppa, bröd, ost
44	Korvsås G,M Potatis Varmgrönsak, ketchup Veg:Svampsås	Spenat- grynostknappar G,K Mos L,G sallad,lingonsylt	Maletkötsås L,G Spaghetti,sallad ketchup Veg:Tomatsoijakrossås	Forellfrestelse L,G,Ä Sallad, Rödbeta Veg:Rotsaksfrestelse	Köttsoppa M,G Bröd, ost, morotsbit Veg: Minestrone
45 Finland tema	Maletköttbiff M,G , Sås G,L Potatis, sallad, Veg: Rödbetsbiff	Karelskstek G,M Mos L,G Sallad, surtbröd Veg:Grönsaksgratäng	Broilerbullar L,Ä, Currysås G,L Potatis Sallad, sv.vinbsylt Veg:Grönsaksbullar	Fisksoppa L,G Karelskpirog L Veg:Rotsakspure´	Finlands matskatt nr:1

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