

Karis skolors matlista 13.11 – 15.12 2017

Vecka	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
46	Skinksås L,G Pasta Sallad, ketchup Veg:Vegetpalermo	Spenatplättar L Pastasallad Lingonsylt	Köttfärs G,M Mos L,G Sallad Veg:Grönsaksbiff	Broilerfrestelse G,L,Ä Sallad Veg:Rödbetsrotsaks- frestelse	Fisksoppa L,G Bröd, ost, morotsbit Veg: Broccolipotsoppa
47	Köttsås G,M Potatis,ättiksgurka Varm grönsak Veg:Grönsakssås	Makaronilåda L Sallad, Ketchup Veg:Vegemakaronilåd	Pytt i panna M,G Ägg Sallad, ketchup Veg: Vegetpyttipanna	Ugnskorv M,G Mos L,G Sallad Ketchup, senap Veg:Sojakorv	Ärtsoppa G,M Ost, Bröd Veg:
48	Köttbullar M,K, Sås G,M,Potatis Sallad, lingonsylt Veg:Falafelbullar	Broilergryta G,M Ris, sallad Veg:Grönsakswook	Laxfärsbiffar M,Ä Citronsås L,G, Potatis Sallad, rödbeta VeG: Rotsaksbiff	Lasagnette L,Ä Sallad, Ketchup Veg:Vegetlasagne	Risgröt L,G Mandarin, Pepparkaka Limpa,
49	Knackkorvsås M,G Potatis Sallad Veg:Vegetgryta	Viltskav M,G Potatimos, sallad Lingonsylt Veg:vegetgryta		Broilersoppa M,G Bröd, ost Veg: Gullinssoppa	Grisfile´, sås Potatisgratäng Sallad Veg:Grönsaksbiff
50	Leverlåda G,M,Ä Sallad, lingonsylt Veg:Morotslinslåda	Citronfisk M,Ä Tartarsås M,G Potatis, Sallad Veg:Kikärt-kvinno	Broilerpastalåda L,Ä Sallad, sv.vinbsylt Veg:Grönsakspastalåda	Kebab i tomatsås M,G Ris Sallad Veg:Soja-tomatsås	Maletkötsoppa M,G Bröd, ost Morotsbit Veg:Rotsakssoppa

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