

**mån 10.3**

FRUKOST /GRUNDKOST: Rågflingebröd, Bröd, Fruktbit

LUNCH/GRUNDKOST: Maletköttsås, Mörkt minispagetti, Sallad-ananas

MELLANMÅL/GRUNDKOST: Semla, Hummus, Gurka

**tis 11.3**

FRUKOST /GRUNDKOST: Mjukt bröd, Kalkonpålugg, Rotsaksbit

LUNCH/GRUNDKOST: Laxfrestelse, Rödbetsstrimla, Kokt grönsaksblandning Europa

MELLANMÅL/GRUNDKOST: Spenatplättar, Lingonsylt, Fruktbit

**ons 12.3**

FRUKOST /GRUNDKOST: Mjök-kornflingebröd, Bröd, Grönsak

LUNCH/GRUNDKOST: Kycklingbiff, Potatis, Currysås, Sallad-paprika

MELLANMÅL/GRUNDKOST: Naturell yoghurt, Banan, Mjukt bröd

**tor 13.3**

FRUKOST /GRUNDKOST: Flerkornsbröd Grönsak, Kalkonpålugg

LUNCH/GRUNDKOST: Solsoppa, Ost, Rågbit

MELLANMÅL/GRUNDKOST: Grahamköttpirog, Fruktbit

**fre 14.3**

FRUKOST 2/GRUNDKOST: Mjök-veteflingebröd, Mjukt bröd, Rotsaksbit

LUNCH/GRUNDKOST: Knackkorvsås, Potatis, Råkost

MELLANMÅL/GRUNDKOST: Semla, Smältost, Paprika

**mån 17.3**

FRUKOST /GRUNDKOST: Flingor, Banan, Bröd, Rotsaksbit

LUNCH/GRUNDKOST: Mexikansk broilersås, Långkornigt ris, Sallat-gurka

MELLANMÅL/GRUNDKOST: Semla, Paprika, Frukt

**tis 18.3**

FRUKOST /GRUNDKOST: Havregrynsgröt, Äppelmos, Rotsaksbit

LUNCH/GRUNDKOST: Köttbullar, Potatis, Brunsås, Kål-lingonsallad

MELLANMÅL/GRUNDKOST: Gurka+Morot, Dipsås, Mjukt bröd

**ons 19.3**

FRUKOST 2/GRUNDKOST: Mjukt bröd, Ost, Grönsak

LUNCH/GRUNDKOST: Tomatugnsfisk, Potatis, Sallad, tomat

MELLANMÅL/GRUNDKOST: Hot dog, Fruktbit

**tor 20.3**

FRUKOST /GRUNDKOST: Rågflingebröd, Gurka, Mjukt bröd

LUNCH/GRUNDKOST: Köttmakaronilåda, Kokta grönsaker, Sallad, Lingonsylt

MELLANMÅL/GRUNDKOST: Rispirog, Äggsmör, Fruktbit

**fre 21.3**

FRUKOST /GRUNDKOST: Kornflinge-mjökgröt, Bröd, Rotsaksbit

LUNCH/GRUNDKOST: Broilersoppa, Mjukt bröd, Frukt

MELLANMÅL/GRUNDKOST: Mjukt bröd, Kalkonpålugg, Tomat, Fruktbit

**mån 24.3**

FRUKOST /GRUNDKOST: Mjukt bröd, Ost, Rotsaksbit

LUNCH/GRUNDKOST: Bolognese, Mörkt pasta Capelle, Sallad-gurka

MELLANMÅL/GRUNDKOST: Naturell yoghurt, Persikapuré, Mjukt bröd, Fruktbit

**tis 25.3**

FRUKOST /GRUNDKOST: Fyraflinge-mjölkröt, Bröd, Rotsaksbit

LUNCH/GRUNDKOST: Broilerrislåda, Kokt broccoli, Sallad

MELLANMÅL/GRUNDKOST: Solig fruktsallad med banan, Bröd

**ons 26.3**

FRUKOST /GRUNDKOST: Mjolk-veteflingebröd, Fruktbit, Bröd

LUNCH/GRUNDKOST: Ugnsfisk med gröna örter, Potatis, Sallad+tomat

MELLANMÅL/GRUNDKOST: Semla, Äggskiva, Paprika

**tor 27.3**

FRUKOST /GRUNDKOST: Havregrynsgröt, Bröd, Rotsaksbit

LUNCH/GRUNDKOST: Spenatknappar, Gräddfilsås, Potatis, Råkost

MELLANMÅL/GRUNDKOST: Kvark, Mjukt bröd, Fruktbit

**fre 28.3**

FRUKOST /GRUNDKOST: Havregrynsgröt, Bröd, Rotsaksbit

LUNCH/GRUNDKOST: Knackkorsoppa, Bröd

MELLANMÅL/GRUNDKOST: Mjukt bröd, Ost, Fruktbit

**mån 31.3**

FRUKOST /GRUNDKOST: Husets gröt, Bröd, Grönsaksbit

LUNCH/GRUNDKOST: Broilersås, Ris, Svartvinbärssylt, Sallad+Persika

MELLANMÅL/GRUNDKOST: Semla, Ost, Frukt

**tis 1.4**

FRUKOST /GRUNDKOST: Husets gröt, Bröd, Grönsaksbit

LUNCH/GRUNDKOST: Koreansk nudelform, Sallad+gurka

MELLANMÅL/GRUNDKOST: Morotsplättar, Lingonsylt, Fruktbit

**ons 2.4**

FRUKOST /GRUNDKOST: Semla, Ost, Grönsak

LUNCH/GRUNDKOST: Fisksoppa, Bröd

MELLANMÅL/GRUNDKOST: Färsgröt, Bröd, Fruktbit

**tor 3.4**

FRUKOST /GRUNDKOST: Mannagrynsgröt, Bröd, Grönsak

LUNCH/GRUNDKOST: Grönsakskepukka, Gräddfilsås, Potatis, Sallad-tomat

MELLANMÅL/GRUNDKOST: Melon+banan, Mjukt bröd

**fre 4.4**

FRUKOST /GRUNDKOST: Rågflingebröd, Fruktmos, Bröd, Grönsak

LUNCH/GRUNDKOST: Köttpotatismoslåda, kokt 3-sorters blandning, Sallad, Lingonsylt

MELLANMÅL/GRUNDKOST: Mjukt bröd, Paprika, Fruktbit

**mån 7.4**

FRUKOST /GRUNKOST: Veteflingebröt, Bröd, Grönsak

LUNCH/GRUNKOST: Panerad fisk, Citronsås, Råkost, Gurka

MELLANMÅL/GRUNKOST: Rågbröd, Kalkonpålugg, Fruktbit

**tis 8.4**

FRUKOST /GRUNKOST: Husets gröt, Bröd, Rotsaksbit

LUNCH/GRUNKOST: Currybroilersås, Ris, Sallad+gurka

MELLANMÅL/GRUNKOST: Naturell yoghurt, Bananpuré, Frukt

**ons 9.4**

FRUKOST /GRUNKOST: Fyrflingevälling, Bröd, Tomat

LUNCH/GRUNKOST: Ugnskorv, Potatis, Sås, Sallad-paprika

MELLANMÅL/GRUNKOST: Semla, Ost, Fruktbit

**tor 10.4**

FRUKOST /GRUNKOST: Flerkornsbröd, Kokt ägg, Grönsak

LUNCH/GRUNKOST: Tacopastaform, kokt morot, Sallad

MELLANMÅL/GRUNKOST: Morots-grahampiråg, Fruktbit

**fre 11.4**

FRUKOST /GRUNKOST: Havregrynsgröt, Äppelpuré, Grönsaksbit, Bröd

LUNCH/GRUNKOST: Italiensk soppa, Karelsk piråg

MELLANMÅL/GRUNKOST: Mjukt bröd, Ost, Fruktbit

**mån 14.4**

FRUKOST /GRUNKOST: Fyraflingegröt, Bröd, Fruktbit

LUNCH/GRUNKOST: Orientalisk fisksoppa, Mjukt bröd

MELLANMÅL/GRUNKOST: Rågbröd, Kalkonpålugg, Paprika

**tis 15.4**

FRUKOST /GRUNKOST: Mjukt bröd, Smältost, Rotsaksbit

LUNCH/GRUNKOST: Skinkfrestelse, Kokta grönsaker, Kryddgurka

MELLANMÅL/GRUNKOST: Smaksatt yoghurt, Bröd, Fruktbit

**ons 16.4**

FRUKOST /GRUNKOST: Flerkornssemmla, Tomat, Fruktbit

LUNCH/GRUNKOST: Ugnsfisk, Potatis, Sallad+gurka

MELLANMÅL/GRUNKOST: Mannagrynsgröt, Fruktmos, Fruktbit

**tor 17.4**

FRUKOST /GRUNKOST: Veteflinge-mjölgröt, Rotsaksbit, Bröd

LUNCH/GRUNKOST: Nuggets, Gult ris, Currygräddfilssås, Färgglad sallad-persika

MELLANMÅL/GRUNKOST: Husets mellanmål

**fre 18.4****GLAD PÅSK**

Kosthålet förbehåller sig rätten till ändringar.

