**Meny oktober 2024**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Mandag 07.10.24 | Tirsdag 08.10.24 | Onsdag 09.10.24 | Torsdag 10.10.24 | Fredag 11.10.24 |
| Store barna: havregryn/ havregrynsgrøtSmåbarna: brødmat | Fiskepinner i lompe med remulade, agurk- og gulrotstaver  | Store barna: brødmatSmåbarna: havregrynsgrøt | Brødmat  | Kylling, fullkornsris og grønnsaker i form |
| Mandag 14.10.24 | Tirsdag 15.10.24 | Onsdag 16.10.24 | Torsdag 17.10.24 | Fredag 18.10.24 |
| Store barna: havregryn/ havregrynsgrøtSmåbarna: brødmat | Gratinert torskefilet med grønnsaker | Store barna: brødmatSmåbarna: havregrynsgrøt | Brødmat | Laksewrap (fullkornslefse, laks, mais, paprika, vårløk og salat) |
| Mandag 21.10.24 | Tirsdag 22.10.24 | Onsdag 23.10.24 | Torsdag 24.10.24 | Fredag 25.10.24 |
| Store barna: havregryn/ havregrynsgrøtSmåbarna: brødmat | Fiskepudding med grovt brød, agurk, salat og paprika | Store barna: brødmatSmåbarna: havregrynsgrøt | Brødmat | Fiskeburger (grovt hamburgerbrød), salat, hjemmelaget dressing, agurk, tomat og paprika |
| Mandag 28.10.24 | Tirsdag 29.10.24 | Onsdag 30.10.24 | Torsdag 31.10.24 | Fredag 01.11.24 |
| Store barna: havregryn/ havregrynsgrøtSmåbarna: brødmat | Fiskegrateng og revet gulrot | Store barna: brødmatSmåbarna: havregrynsgrøt | Brødmat | Pitabrød (fullkorn) med salat, skinke, mais, agurk, tomat, paprika og rømmedressing |

Til brødmaten serveres det grovt brød med ulikt pålegg som f. eks skinke, fiskepudding, ost, banan, kyllingpostei/ leverpostei, makrell i tomat, kaviar, agurk, paprika. Det serveres alltid minimum 1 fiskepålegg og grønnsaker. Hver avdeling baker grovbrød til minst 1 av dagene det er brødmat.

Havregryn/ havregrynsgrøt serveres med kanel, bananer og rosiner. Til ettermiddagsmaten serveres grove knekkebrød (brød til de yngste) med enkelt pålegg og frukt.