**LUNSJPLAN**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Mandag** | **Tirsdag** | **Onsdag** | **Torsdag** | **Fredag** |
| **BRØDMAT og**  **KNEKKEBRØD**  \*Kokt egg  \*Basispålegg  \*Grønnsaker  \*Frukt | **TURMAT eller**  **BRØDMAT og**  **KNEKKEBRØD**  \*Basispålegg  \*Grønnsaker  \*Frukt | **VARMMAT**  \*Grønnsaker  \*Frukt | **BRØDMAT**  \*Fiskepålegg  \*Basispålegg  \*Grønnsaker  \*Frukt | **GRYN/KORN med frukt og bær**  \*Grønnsaker  \*Frukt |

Fiskepålegg: makrell, fiskekaker, fiskepudding, laks, kaviar

Basispålegg: leverpostei, brunost, hvitost, salami, kalkunpølse, smøreost, peanøttsmør (varieres fra dag til dag)

Majones og gomme 1 gang i uka

Grovt havrebrød og Bremykt smør

På turdager serveres det f.eks. brødskive stekt på bålet, fiskekaker, stekt potet tomatsuppe, pinnebrød.

Grønnsaker: tomat, agurk, purre, rødbeter, avocado, paprika mm.

Frukt og grønt: appelsin, eple, banan, pære, melon, druer, mango, blomkål, broccoli, gulrot, sukkererter mm.

**VARMMAT**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Uke 14** | **Uke 15** | **Uke 16** | **Uke 17** | **Uke 18** |
| Havregrøt med eple og kanel  Havregrøt med fruktsalat | iform.nu | Påskelunsj torsdag den 10.  Smakfull frokost med First Price | SPAR | Vi stenger kl. 12.00  Påske kylling - PIXERS.NO | Fiskepinner og salat i wraps  Wraps med fiskepinner og karrimajones - Matjungelen | Spaghetti og kjøttsaus (kylling)  Spagetti i kjøttsaus med chorizo - Det glade kjøkken |
| Blåklokka | Felles |  | Prestekragen | Blåklokka |