**Ukes meny barnehageåret 2024/2025**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Mandag** | **Tirsdag** | **Onsdag** | **Torsdag** | **Fredag** |
| **Frokost kl. 08.00**  | **Frokost kl. 08.00**  | **Frokost kl. 08.00**  | **Frokost kl. 08.00**  | **Frokost kl. 08.00**  |
| (Brød) og knekkebrød med variert pålegg, men vi unngår prim og syltetøy.Havre grøt/bygg grøt (m/melk og smør for de som ønsker).Frokostblandinger (sunne alternativer).Første mandagen i mnd serveres enten:* oppskåret frukt
* bær
* syltetøy
* kanel
* rosiner
 | Brød og knekkebrød med variert pålegg, men vi unngår prim og syltetøy. | Brød ogknekkebrød med variert pålegg, men vi unngår prim og syltetøy. | Brød og knekkebrød med variert pålegg, men vi unngår prim og syltetøy. | Brød og knekkebrød med variert pålegg, men vi unngår prim og syltetøy. |
| **Lunsj kl. 11.00** | **Lunsj kl.11.00** | **Lunsj kl.11.00** | **Lunsj kl.11.00** | **Lunsj kl.11.00** |
| brødBaker Klausen Skåret Grovbrød med rug, hvete og speltknekkebrødwrapspitapannekakervafler (kun grove produkter) | brødknekkebrødwrapspitapannekakervafler (kun grove produkter) | brødknekkebrødwrapspitapannekakervafler (kun grove produkter) | brød knekkebrødwrapspitapannekakervafler(kun grove produkter) | brød knekkebrødwrapspitapannekakervafler (kun grove produkter) |
| Variert kjøttpålegg* salami
* servelat
* kylling-/kalkunpølse

Ulike oster* brun
* gul
* smøre ost

Ulike posteier* lever
* kylling
* paprika, agurk eller tomat
 | Variert kjøttpålegg* salami
* servelat
* kylling-/kalkunpølse

Ulike oster* brun
* gul
* smøre ost

Ulike posteier* lever
* kylling
* paprika, agurk eller tomat
 | Variert fiskepålegg* makrell i tomat
* tunfisk
* røkt laks/ørret
* fiskekaker
* fiskepudding
* Nøkkelhullet - Råvare, produksjon og kvalitet (RM-RMF vg1) - NDLAlob nobs
* crabstic
* kaviar
* paprika, agurk, tomat
 | Variert pålegg uten kjøtt og fisk* hummus
* banan/eple
* egg
* grønnsakspostei
* diverse vegetar pålegg.
* ost/smøre ost (vegetar)
* prim
* syltetøy uten sukker og søtningsstoff
* paprika, agurk eller tomat
 | Pålegg som mandag, tirsdag og torsdag (en miks av alt), men vi unngår prim og syltetøy.* paprika, agurk eller tomat
 |
| Drikke til frokost og lunsj* melk med D vitamin
* skummet melk
* havredrikk
* laktosefri melk
* vann
 | Drikke til frokost og lunsj* melk med D vitamin
* skummet melk
* havredrikk
* laktosefri melk
* vann
 | Drikke til frokost og lunsj* melk med D vitamin
* skummet melk
* havredrikk
* laktosefri melk

vann | Drikke til frokost og lunsj* melk med D vitamin
* skummet melk
* havredrikk
* laktosefri melk

vann | Drikke til frokost og lunsj* melk med D vitamin
* skummet melk
* havredrikk
* laktosefri melk
* vann
 |
| **Ettermiddagsmat** | **Ettermiddagsmat** | **Ettermiddagsmat** | **Ettermiddagsmat** | **Ettermiddagsmat** |
| Knekkebrød/brødskiver* barna velger mellom dagens lunsjpålegg
* vann
* frukt/grønnsaker
 | Knekkebrød/brødskiver* barna velger mellom dagens lunsjpålegg
* vann
* grønnsaker
 | Knekkebrød/brødskiver* barna velger mellom dagens lunsjpålegg
* vann

frukt/grønnsaker | Knekkebrød/brødskiver* barna velger mellom dagens lunsjpålegg
* vann

grønnsaker | Knekkebrød/brødskiver* barna velger mellom dagens lunsjpålegg
* vann

frukt/grønnsaker |

* Vi bruker smør, men hjelper barna å porsjonere/begrense smørbruken i og med dette ikke er bra for barnets helse
* Vi kan servere prim og syltetøy til lunsj og ettermiddagsmat torsdager.
* Første mandag i måneden tilbyr vi barna enten oppskåret frukt, bær, syltetøy, kanel eller rosiner for de som ønsker dette på grøten/frokostblandingen/knekkebrødet
* All frukt og grønnsaker skal vaskes før servering



|  |
| --- |
| **Varmlunsj kl. 11.00 – ca en gang per måned** |
| **Torsdag 29.08.24** | **Tirsdag 24.09.24 - Høstsuppe** | **Torsdag 31.10.24** | **Torsdag 29.11.24** | **Tirsdag 17.12.24 - Nissefest** |
| **Fisk/vegetar - fiskepinner i grove wraps*** fiskepinner
* grove wraps
* agurk
* mais
* paprika
* tomat
* revet ost

**Serveres på avdelingen** | **Kjøtt/vegetar - høstsuppe*** potet
* kålrot
* gulrot
* purre
* sellerirot/persillerot
* pastinakk
* pølser (kjøtt/kylling)

**Serveres ute fra kl. 15.00** | **Vegetar – pasta m/grønnsaker og saus*** fullkornpasta
* pastasaus
* revet gulrot

**Serveres på avdelingen** | **Vegetar – tomatsuppe** * tomatsuppe
* fullkornspasta

**Serveres på avdelingen** | **Vegetar – grøt m/uten melk*** risgrøt/alternativ grøt

**Serveres på avdelingen** |
| **Torsdag 19.12.24 - Julelunsj** | **Torsdag 30.01.25** | **Torsdag 27.02.25 - Karneval** | **Torsdag 27.03.25** | **Vinteraktivitetsdag** |
| **Kjøtt/vegetar - julelunsj*** medisterkake
* julepølse
* vegetarprodukter
* poteter
* saus
* grønnsaker

**Dessert**: riskrem m/rød saus**Serveres på fellesrommet** | **Kjøtt/vegetar - grove wraps med kylling*** grove wraps
* kylling/vegetar
* mais
* paprika
* tomat
* agurk
* avocado/rømme/tacosaus
* ost

**Serveres på avdelingen** | Meny kommer når karnevalskomiteen har valgt. Komiteen består av barn og ansatte fra alle avdelingene. **Serveres på avdelingen** | **Vegetar – tomatsuppe** * tomatsuppe
* fullkornspasta
 | **Kjøtt/vegetar- hamburger*** hamburger (kjøtt/vegetar)
* grove hamburegerbrød
* agurk
* tomat
* salat

**Serveres ute eller på avdelingen** |
| **Torsdag 10.04.25 - Påskelunsj** | **Torsdag 24.04.25** | **Fredag 16.05.25 – «17-mai»** | **Torsdag 22.05.25** | **Torsdag 12.06.25 - Avslutning** |
| **Kjøtt/fisk/vegetar** * rundstykker/brød
* pålegg
* grønnsaker
* frukt

**Serveres på fellesrommet** | **Kjøtt/vegetar-kjøttboller m/pasta** * kyllingboller
* vegetarboller
* tomatsaus
* fullkornpasta
* kokte gulrøtter/brokkoli

**Serveres på avdelingen** | **Kjøtt/vegetar - pølser i brød/lompe*** kjøtt/kylling pølser
* vegetarpølser
* pølsebrød
* lomper

**Serveres ute eller på avdeling** | **Fisk/vegetar – fiskekaker i hamburgerbrød*** fiskekaker
* grove hamburgerbrød
* salat
* paprika
* agurk

**Serveres på avdelingen** | **Kjøtt/vegetar- taco m/tilbehør*** grove wraps
* kylling
* plantebasert kjøttdeig
* salat
* agurk/tomat/paprika
* mais
* revet ost

**Serveres på fellesrommet** |

**Høstsuppe**  24.09.24. (Skolestarterne lager)

**Lussekatter** 13.12.24 (Barna baker lussekatter)

**Ansatte spiser varm mat sammen med barna**

**Vi tar hensyn til barnas allergier og serverer alternativ mat. Barn som skal ha halal mat vil få servert dette, eller godkjent vegetar mat.**