**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** |
| brød  Baker Klausen Skåret Grovbrød med rug, hvete og speltknekkebrød  wraps  pita  pannekaker  vafler  (kun grove produkter) | brød  knekkebrød  wraps  pita  pannekaker  vafler  (kun grove produkter) | brød  knekkebrød  wraps  pita  pannekaker  vafler  (kun grove produkter) | brød  knekkebrød  wraps  pita  pannekaker  vafler  (kun grove produkter) | brød  knekkebrød  wraps  pita  pannekaker  vafler  (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 05.06.25 - 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.**