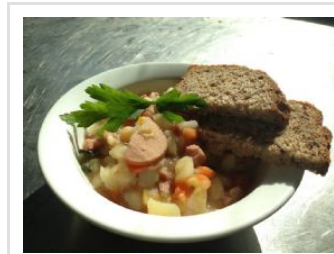


Månedsmeny - oktober 2018

UKE 40

©barnehagematen.no

Mandag 1. Oktober 2018



Pøselapskaus med grovt brød

Halal: Pøselapskaus HALAL med grovt brød

Vegan: Pøselapskaus uten soya med grovt brød. Vegan med grovt brød.

Vegetar: Pøselapskaus med grovt brød. Vegetar

Tirsdag 2. Oktober 2018



Fiskeboller med hvit saus, kokte poteter og raspede gulrøtter.

Vegetar: Fiskeboller med rapede rå gulrøtter, kokte poteter og hvit saus. VEGETAR

Vegan: Tofu med raspede gulrøtter kokte poteter og hvit saus. VEGAN

Halal: Fiskeboller med raspede gulrøtter, kokte poteter og hvit saus HALAL

Onsdag 3. Oktober 2018



Taco Fajita med kylling lårfilet, isberg salat, agurk og mais. Mild salsa.

Halal: Taco Fajita med HALAL kylling lårfilet, paprika, agurk og mais, isbergsalat. Mild salsa HALAL

Vegetar: Taco Fajita med QUORN kjøttdeig, paprika, agurk og mais, isbergsalat. Mild salsa. VEGETAR

Vegan: Taco Fajita med bønnemiks veg paprika, agurk og mais, isbergsalat. Mild salsa.. VEGAN

Torsdag 4. Oktober 2018



Seifilet Mexicana med potetmos og bakt paprika/gulrot

Halal: Seifilet Mexicana med potetmos og bakt paprika/gulrot HALAL

Vegetar: Seifilet Mexicana med potetmos og bakt paprika/gulrot VEGETAR

Vegan: Seifilet Mexicana (Bønne miks) med potetmos u/melk og bakt paprika/gulrot VEGAN

Fredag 5. Oktober 2018



Kjøttkaker med brun saus, kokte poteter og blomkål og gulrot

Halal: Kjøttkaker HALAL med brun saus, kokte poteter og blomkål og gulrot

Vegetar: Falafel med brun saus, kokte poteter og blomkål og gulrot. VEGETAR

Vegan: Falafel med brun saus, kokte poteter og blomkål og gulrot. VEGAN

Mandag 8. Oktober 2018



Stekte kyllingboller med fullkorns spaghetti, tomatsaus med innkokte grønnsaker

Halal: Halal kjøttkaker med fullkorns spaghetti, tomatsaus med innkokte grønnsaker

Vegetar: Falafel med fullkorns spaghetti, tomatsaus med innkokte grønnsaker

VEGETAR

Vegan: Falafel med fullkorns spaghetti, tomatsaus med innkokte grønnsaker VEGAN

Tirsdag 9. Oktober 2018



Ovnsbakte pølser krydret, potetmos, gulrot og blomkål

Halal: Ovnsbakte HALAL pølser med hjemmelaget potetmos og gulrot og blomkål

Vegetar: Soyapølser med hjemmelaget potetmos og gulrot og blomkål. VEGETAR

Vegan: Falael med hjemmelaget potetmos uten melk og gulrot og blomkål. VEGAN

Onsdag 10. Oktober 2018



Fiskeboller med karrisaus, kokte poteter og kokte gulrøtter.

Vegan: Falafel med karrisaus, kokte poteter og kokte gulrøtter VEGAN

Vegetar: Fiskeboller med karrisaus, kokte poteter og kokt gulrot VEGETAR

Halal: Fiskeboller med karrisaus, kokte poteter og kokt gulrot HALAL

Torsdag 11. Oktober 2018



Stekt ris med cajun kylling, mais, paprika, rosiner og gulrot

Halal: Stekt ris cajun Halal, med grønnsaker og halal kylling

Vegetar: Stekt ris vegetar, med Quornfilet og grønnsaker

Vegan: Stekt ris vegan, med falaffel og grønnsaker

Fredag 12. Oktober 2018



Seifilet Cordon Bleu (u/skinke), potet og blomkålpure og brokkoli

Halal: Seifilet Cordon Bleu (u/skinke), potet og blomkålpure og brokkoli HALAL

Vegetar: Seifilet Cordon Bleu (u/skinke), potet og blomkålpure og brokkoli VEGETAR

Vegan: Seifilet Cordon Bleu (u/skinke) (Tofu), potet og blomkålpure u/melk og brokkoli VEGAN

Mandag 15. Oktober 2018



Stroganoffgryte med ris og grønnsaker (i retten)

Vegetar: Stroganoffgryte med ris og grønnsaker (i retten) Vegetar

Vegan: Bønne miks med ris og grønnsaker (i retten) Vegan

Halal: Stroganoffgryte med ris og grønnsaker (i retten) HALAL

Tirsdag 16. Oktober 2018



Gratinert blomkål med kalkunskinke og agurk skiver

Halal: Gratinert blomkål med ostesaus og agurk skiver HALAL

Vegetar: Gratinert blomkål med ostesaus og agurk skiver VEGETAR

Vegan: Gratinert blomkål med hvit saus u/melk og gluten og agurk skiver VEGAN

Onsdag 17. Oktober 2018



Pannekaker fullkorn med blåbærsyltetøy og kesam

Vegan: Pannekaker spesial fullkorn med blåbærsyltetøy og creme fraiche melkfri VEGAN

Halal: Pannekaker fullkorn med blåbærsyltetøy og kesam HALAL

Vegetar: Pannekaker fullkorn med blåbærsyltetøy og kesam VEGETAR

Torsdag 18. Oktober 2018



Fiskepudding med hvit saus, kokte poteter og raspet gulrot

Vegan: Fiskepudding vegan(stekt tofu) med hvit saus u/ melk, kokte poteter og raspet gulrot

Vegetar: Fiskepudding med hvit saus, kokte poteter og raspet gulrot VEGETAR

Halal: Fiskepudding med hvit saus, kokte poteter og raspet gulrot HALAL

Fredag 19. Oktober 2018



Kyllingfilet med tomatsaus med grønnsaker blandet og rotmos

Halal: Kyllingfilet HALAL med tomatsaus med grønnsaker og rotmos

Vegetar: Quornfilet med tomatsaus med innkokte grønnsaker og rotmos

Vegan: Falafel med tomatsaus med innkokte grønnsaker og Potetmos uten melk VEG

Mandag 22. Oktober 2018



Ovnsbakt fiskefilet med dillrømme, raspet gulrot og stekt potet

Vegan: Ovnbakt fiskefilet (TOFU) med Creme fraiche melkfri, raspet gulrot og stekt potet VEGAN

Halal: Ovnsbakt fiskefilet med dillrømme, raspet gulrot og stekt potet HALAL

Vegetar: Ovnsbakt fiskefilet med dillrømme, raspet gulrot og stekt potet VEGETAR

Tirsdag 23. Oktober 2018



Dampede kyllingboller med ratattouille og ris

Vegetar: Dampede kyllingboller (Falafel) med ratattaouille og ris VEGETAR

Vegan: Dampede kyllingboller (Falafel) med ratattaouille og ris VEGAN

Halal: Dampede kyllingboller HALAL med ratattouille og ris

Onsdag 24. Oktober 2018



Fullkornspasta med bolognaise og grønnsakssaus (oksekjøttdeig)

Vegetar: Fullkornspasta med tomatsaus med bønner og innkokte grønnsaker miks VEGETAR

Vegan: Fullkornspasta med Tomatsaus med bønner og innkokte grønnsaker VEGAN

Halal: Fullkornspasta Halal, med bolognaise & grønnsakssaus HALAL

Torsdag 25. Oktober 2018



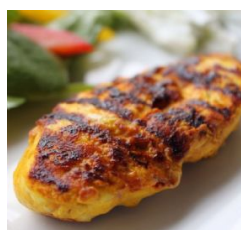
Koljekaker (melkefrie) med kokt potet, sweet chilirømme, blomkål og gulrot

Halal: Koljekaker (melkefrie) med kokt potet, sweet chilirømme, blomkål og gulrot HALAL

Vegetar: Koljekaker (melkefrie) med kokt potet, sweet chilirømme, blomkål og gulrot VEGETAR

Vegan: Koljekaker (Falafel) med kokt potet, Creme fraiche melkfri Oatly, blomkål og gulrot VEGAN

Fredag 26. Oktober 2018



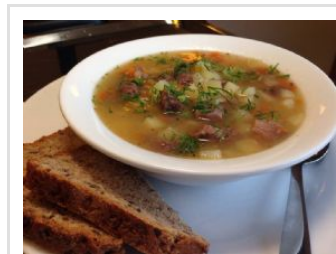
Tandoorikrydret kyllingfilet med tandoorisaus, gul ris og agurk

Halal: Tandoorikrydret kyllingfilet HALAL med gul ris, agurk, tandoorisaus. HALAL

Vegetar: Tandoorikrydret TOFU med gul ris, agurk, tandoorisaus. VEGETAR

Vegan: Tandoorikrydret TOFU med gul ris, agurk, tandoorisaus/ u melk og tomat. VEGAN

Mandag 29. Oktober 2018



Hjemmelaget kjøttsuppe med oksekjøtt og rotgrønnsaker

Halal: Hjemmelaget kjøttsuppe med oksekjøtt og rotgrønnsaker HALAL

Vegan: Hjemmelaget grønnsakssuppe med rotgrønnsaker og grovt brød VEGAN

Vegetar: Hjemmelaget kjøttsuppe med oksekjøtt og rotgrønnsaker VEGETAR

Tirsdag 30. Oktober 2018



Tandorikrydret fiskefilet med tandoorisaus, gul ris og agurk

Vegan: Tandorikrydret TOFU med tandoorisaus u/melk og tomat, agurk og gul ris VEGAN

Vegetar: Tandorikrydret fiskefilet med tandoorisaus, gul ris og agurk.VEGETAR

Halal: Tandorikrydret fiskefilet med tandoorisaus, gul ris og agurk HALAL

Onsdag 31. Oktober 2018



Karbonader av kylling med potetmos, fløtesaus og rotgrønnsaker.

Halal: Karbonader HALAL av kylling med potetmos, fløtesaus og rotgrønnsaker.

Vegetar: Karbonader av kylling (Stekt falafel) med potetmos, fløtesaus og rotgrønnsaker.VEGETAR

Vegan: Stekt falafel/ allergi melkeprotein med potetmos u/melk, brunsaus u/ gluten og rotgrønnsaker. VEGAN