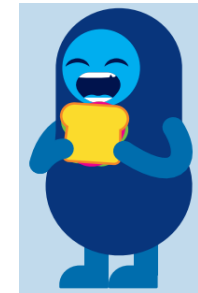




Meny Haugenstua AKS Vinteren 2020



Uke 9

Mandag: Tomatsuppe

Tirsdag: Taco

Onsdag: Matpakke

Torsdag: Frukt og yoghurt

Uke 10

Mandag: Spinatsuppe

Tirsdag: Korn og melk

Onsdag: Havregrøt

Torsdag: Chili sin carne

Måltidet er en viktig arena som i tillegg til å gi nødvendig energi, basert på sunne og gode matvaner, også er en sosial arena som skal brukes til samtale og språkstimulering.

Måltidene er en grunnleggende faktor for å fremme konsentrasjon og læring. Gode rammer for måltidet, med ro og nok tid til å nyte maten, gir grunnlag for gode måltidsopplevelser og trivsel.

Måltidet elevene spiser i AKS, defineres som et mellommåltid og serveres i rimelig tid etter skolens lunsj. Med dette får elevene en god måltidsrytme. AKS skal bidra til næringsrike måltider for elevene, og følger helsedirektoratets kostråd.



Uke 11

Mandag: Grønnsaksuppe

Tirsdag: Knekkebrød med pålegg

Onsdag: Pastasalat

Torsdag: Falafel og couscous-salat

Uke 12

Mandag: Blomkål og brokkolisuppe

Tirsdag: Korn og melk

Onsdag: Havregrøt

Torsdag: Linsegryte

Uke 13

Mandag: Tomatsuppe

Tirsdag: Frukt og yoghurt

Onsdag: Fiskepinner med lompe og råkost

Torsdag: Spaghetti med tomatsaus

Uke 14

Mandag: Linsesuppe

Tirsdag: Taco

Onsdag: Fiskekaker med potetmos og råkost

Torsdag: Havregrøt

Husk at fredager er matpakkedag!