

KOSTHOLDSPLAN LITEN SIDE, SUNDE BARNEHAGE pr. 01.09.2025

	Mandag			Tirsdag			Onsdag		
FROKOST	Knekkebrød Brød	Brunost Kalkunpølse Makrell i tomat	Agurk Banan	Skorper Brød Havregryn og melk	Gulost Servalat Fiskekaker Leverpostei	Rødbeter Bananbiter	Knekkebrød Brød	Brunost Kalkunpølse Makrell i tomat Kaviar	Agurk Epleskiver
LUNSJ	Skorper Brød	Gulost Servalat Leverpostei Varme fiskekaker	Gule epleskiver Rød paprika Tomat		Varmmat			Havregrøt	Banan Eplebiter Kanel
FRUKT	Gulrøtter Appelsin Epler	Knekkebrød, Brunost, Kaviar		Pære Brokkoli Banan	Knekkebrød, gulost og kaviar		Epler Skorper, gulost Kålrot Banan		

	Torsdag			Fredag		
FROKOST	Skorper Brød Havregryn og melk	Gulost Servalat Fiskepudding Leverpostei	Rødbeter Bananbiter	Knekkebrød Brød Kjøleskapsgrøt	Brunost Kalkunskinke Kaviar	Banan Agurk
LUNSJ	Knekkebrød Brød	Eggehakk Brunost Kalkunpølse Makrell i tomat Havregrøt (oddetall)	Banan Eplebiter Kanel	Skorper Brød	Gulost Makrell i tomat Leverpostei Kalkunskinke Prim	Eplebiter Salat Sylteagurk
FRUKT	SMOOTHIE Skorper, brunost, kaviar			Drue Pære Blomkål		

SMOOTHIE

1 kg jordbær, halvtinte
6 stk bananer
10 dl yoghurt naturell
12 dl melk

Matglede: plassering, farge, bruke ressurser, stemning rundt bordet, temaer som inspirere til nye smaker

KOSTHOLDSPLAN STOR SIDE, SUNDE BARNEHAGE pr. 01.09.2025

	Mandag			Tirsdag			Onsdag		
FROKOST	Knekkebrød Brød	Brunost Kalkunpølse Makrell i tomat	Agurk Banan	Skorper Brød Havregryn og melk	Gulost Servelat Fiskekaker Leverpostei	Epleskiver Rødbeter	Knekkebrød Brød	Brunost Kalkunpølse Makrell i tomat Kaviar	Agurk
LUNSJ	Skorper Brød	Gulost Servelat Leverpostei Varme fiskekaker	Gule epleskiver Rød paprika Tomat	Knekkebrød Brød	Brunost Kalkunskinke Peppermakrell Kokt egg	Gul paprika Agurk i staver		Havregrøt	Banan Eplebiter Kanel
FRUKT	Gulrøtter Appelsin Epler	Knekkebrød, Brunost, Kaviar		Pære Brokkoli Banan	Knekkebrød, gulost og kaviar		Epler Kålrot Banan	Skorper, gulost	

	Torsdag			Fredag		
FROKOST	Skorper Brød Havregryn og melk	Gulost Servelat Fiskepudding Leverpostei	Eplebiter Rødbeter	Knekkebrød Brød Kjøleskapsgrøt	Brunost Kalkunskinke Kaviar	Banan Agurk
LUNSJ	Knekkebrød Brød	Eggehakk Brunost Kalkunpølse Makrell i tomat	Banan Eple	Skorper Brød	Gulost Makrell i tomat Leverpostei Kalkunskinke Prim Salatbar (oddetall)	Eplebiter Salat Sylteagurk
FRUKT	SMOOTHIE Skorper, brunost, kaviar			Drue Pære Blomkål		

SMOOTHIE

1 kg jordbær, halvtinte
6 stk bananer
10 dl yoghurt naturell
12 dl melk

SALATBAR

Pastaskruer (
Agurk
Paprika rød
Mais
Ananas
Kylling
Fetaost
Salat
Brødkrutonger
Tomat
Rødløk
Revet ost
Egg

Matglede: plassering, farge, bruke ressurser, stemning rundt bordet, temaer som inspirere til nye smaker