

## Matlista 3.3. - 4.4.2025

Vecka	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
10	3.3.2025	4.3.2025	5.3.2025	6.3.2025	7.3.2025
	<b>Frukost</b> Havregrynsgröt (ekologisk) Knäckebröd Påläggsmargarin Mjök Kalkonpålägg Färsk bit	<b>Frukost</b> 4-flingebröt (ekologisk) Knäckebröd Påläggsmargarin Mjök Grynost Färsk bit	<b>Frukost</b> Mannagrynsgröt Knäckebröd Påläggsmargarin Mjök Blåbär Färsk bit	<b>Frukost</b> Rågflingebröt Knäckebröd Påläggsmargarin Mjök Ägg Färsk bit	<b>Frukost</b> Naturell yoghurt Mysli Morgongröt Knäckebröd Reilu fullkornsskivor Påläggsmargarin Mjök Färsk bit
	<b>Lunch</b> Morotsbiff Potatis Gräddfilssås Salladsbord	<b>Lunch</b> Ärtsoppa Paprikastrimlor Pannkaka Jordgubbssylt	<b>Lunch</b> Tonnfiskpastalåda Gurkskivor Frukt Brödbord	<b>Lunch</b> Maletköttsås Potatis Ugnrotsaker Råkostbord	<b>Lunch</b> Tre fisks soppa Kryddgurkaskivor Banan halva Brödbord
	<b>Vegetarisk lunch</b> Morotsbiff	<b>Vegetarisk lunch</b> Grönsaksärtsoppa	<b>Vegetarisk lunch</b> Grönsakslasagne	<b>Vegetarisk lunch</b> Bondbönsbolognese	<b>Vegetarisk lunch</b> Ostliknande blomkålsoppa
	<b>Mellanmål</b> Karelska piråg Ägg Frukt	<b>Mellanmål</b> Aprikoskräm Fullkornsbröd Frukt	<b>Mellanmål</b> Jordgubbskvarv Fullkornsbröd Frukt	<b>Mellanmål</b> Pesolas Havresemla Ost Edam Frukt	<b>Mellanmål</b> Fullkornsflingor Saftsoppa Fullkornsbröd Frukt

## Matlista 3.3. - 4.4.2025

Vecka	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
11	10.3.2025	11.3.2025	12.3.2025	13.3.2025	14.3.2025
	<p><b>Frukost</b>            Havregrynsgröt (ekologisk)            Knäckebröd            Påläggsmargarin            Mjök            Kalkonpålägg            Färsk bit</p>	<p><b>Frukost</b>            4-flingebröt (ekologisk)            Knäckebröd            Påläggsmargarin            Mjök            Grynost            Färsk bit</p>	<p><b>Frukost</b>            Mannagrynsgröt            Knäckebröd            Påläggsmargarin            Mjök            Blåbär            Färsk bit</p>	<p><b>Frukost</b>            Rågflingebröt            Knäckebröd            Påläggsmargarin            Mjök            Ägg            Färsk bit</p>	<p><b>Frukost</b>            Naturell yoghurt            Mysli            Morgongröt            Knäckebröd            Reilu fullkornsskivor            Påläggsmargarin            Mjök            Färsk bit</p>
	<p><b>Lunch</b>            Kycklingnuggets            Currysås            Korngryn            Salladsbord</p>	<p><b>Lunch</b>            Makaronilåda            Salladsbord            Morotsstrimla</p>	<p><b>Lunch</b>            Korvsoppa            Paprikastrimlor            Apelsinklyftor            Brödbord</p>	<p><b>Lunch</b>            Apelsinfisk            Potatis            Råkostbord</p>	<p><b>Lunch</b>            Kebabkötttsås            Mathavre            Lantgårdspotatis            Salladsbord</p>
	<p><b>Vegetarisk lunch</b>            Nuggets</p>	<p><b>Vegetarisk lunch</b>            Makaronilåda</p>	<p><b>Vegetarisk lunch</b>            Korvsoppa</p>	<p><b>Vegetarisk lunch</b>            Apelsin-chilimifu</p>	<p><b>Vegetarisk lunch</b>            Vegekebabsås</p>
	<p><b>Mellanmål</b>            Yoghurt            Fullkornsbröd            Ost Edam            Frukt</p>	<p><b>Mellanmål</b>            Fruktsmoothie            Pesolas rieska            Frukt</p>	<p><b>Mellanmål</b>            Blandbärskräm            Fullkornsbröd            Frukt</p>	<p><b>Mellanmål</b>            Morotsplättar            Färsk bärpuré            Frukt</p>	<p><b>Mellanmål</b>            Längd            Kakaodryck            Fullkornsbröd            Frukt</p>

## Matlista 3.3. - 4.4.2025

Vecka	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
12	17.3.2025	18.3.2025	19.3.2025	20.3.2025	21.3.2025
	<b>Frukost</b> Havregrynsgrot (ekologisk) Knäckebröd Påläggsmargarin Mjök Kalkonpålägg Färsk bit	<b>Frukost</b> 4-flingebröt (ekologisk) Knäckebröd Påläggsmargarin Mjök Grynost Färsk bit	<b>Frukost</b> Mannagrynsgrot Knäckebröd Påläggsmargarin Mjök Blåbär Färsk bit	<b>Frukost</b> Rågflingebröt Knäckebröd Påläggsmargarin Mjök Ägg Färsk bit	<b>Frukost</b> Naturell yoghurt Mysli Morgongröt Knäckebröd Reilu fullkornsskivor Påläggsmargarin Mjök Färsk bit
	<b>Lunch</b> Laxbullar Potatis Gräddfilssås Salladsbord	<b>Lunch</b> Broilerfrestelse Ärtor Råkostbord	<b>Lunch</b> Grönsakssoppa med ostsmak Grynost Vattenmelonskivor Paprika Brödbord	<b>Lunch</b> Fisk med smak av Medelhavet Potatis Salladsbord	<b>Lunch</b> Köttsoffa Kryddgurka skivor Färskbit Brödbord
	<b>Vegetarisk lunch</b> Grönsaksbullar	<b>Vegetarisk lunch</b> Grönsaksfrestelse	<b>Vegetarisk lunch</b> Grönsakssoppa med ostsmak	<b>Vegetarisk lunch</b> Medelhavets grönsakslåda	<b>Vegetarisk lunch</b> Soppa med bondbönor
	<b>Mellanmål</b> Chokladpudding Fullkornsbröd Frukt	<b>Mellanmål</b> Jordgubbskräm Fullkornsbröd Ost Edam Frukt	<b>Mellanmål</b> Grahamköttpirog Fullkornsbröd Frukt	<b>Mellanmål</b> Mangokvarg Fullkornsbröd Frukt	<b>Mellanmål</b> Pannkaka Jordgubbsylt Fullkornsbröd Frukt

## Matlista 3.3. - 4.4.2025

Vecka	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
13	24.3.2025	25.3.2025	26.3.2025	27.3.2025	28.3.2025
	<b>Frukost</b> Havregrynsgröt (ekologisk) Knäckebröd Påläggsmargarin Mjök Kalkonpålägg Färsk bit	<b>Frukost</b> 4-flingebröt (ekologisk) Knäckebröd Påläggsmargarin Mjök Grynost Färsk bit	<b>Frukost</b> Naturell yoghurt Mysli Morgongröt Knäckebröd Reilu fullkornsskivor Påläggsmargarin Mjök Färsk bit	<b>Frukost</b> Rågflingebröt Knäckebröd Påläggsmargarin Mjök Ägg Färsk bit	<b>Frukost</b> Mannagrynsgröt Knäckebröd Påläggsmargarin Mjök Blåbärs Färsk bit
	<b>Lunch</b> Maletköttbiff Hamburgerdressing Lantgårdspotatis Salladsbord	<b>Lunch</b> Lax-potatislåda Rostade rödbetor Salladsbord	<b>Lunch</b> Supergröt Blandbärskräm Rökt skinka Morotspalk Brödbord	<b>Lunch</b> Butter chicken Mathavre Potatis Salladsbord	<b>Lunch</b> Ugnskorv Potatismos Råkostbord
	<b>Vegetarisk lunch</b> Quinoa grönsaksbiff	<b>Vegetarisk lunch</b> Skogsvampfrestelse	<b>Vegetarisk lunch</b> Supergröt	<b>Vegetarisk lunch</b> Butter quorn	<b>Vegetarisk lunch</b> Korv urval
	<b>Mellanmål</b> Spenatplättar Svartvinbärssylt Frukt	<b>Mellanmål</b> Aprikoskräm Fullkornsbröd Ost Gouda Frukt	<b>Mellanmål</b> Köttfärspizza Frukt	<b>Mellanmål</b> Rotfrukttallrik Dipp Pesolas rieska Frukt	<b>Mellanmål</b> Fruktpudding Fullkornsbröd Frukt

## Matlista 3.3. - 4.4.2025

Vecka	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
14	31.3.2025	1.4.2025	2.4.2025	3.4.2025	4.4.2025
	<b>Frukost</b> Havregrynsgröt (ekologisk) Knäckebröd Påläggsmargarin Mjök Kalkonpålägg Färsk bit	<b>Frukost</b> 4-flingebröt (ekologisk) Knäckebröd Påläggsmargarin Mjök Grynost Färsk bit	<b>Frukost</b> Mannagrynsgröt Knäckebröd Påläggsmargarin Mjök Blåbärs Färsk bit	<b>Frukost</b> Rågflingebröt Knäckebröd Påläggsmargarin Mjök Ägg Färsk bit	<b>Frukost</b> Naturell yoghurt Mysli Morgongröt Knäckebröd Reilu fullkornsskivor Påläggsmargarin Mjök Färsk bit
	<b>Lunch</b> Fisknuggets Potatis Yoghurtsås med dill Rostade rödbetor Salladsbord	<b>Lunch</b> Tex-mex potatisgryta Salladsbord	<b>Lunch</b> Fisksoppa med ostsmak Äppelklyftor Gurkskivor Potatisrieska	<b>Lunch</b> Maletkött-potatisoslåda Ratatouille Råkostbord	<b>Lunch</b> Kalkon-currysoppa Paprika Frukt Brödbord
	<b>Vegetarisk lunch</b> Nuggets	<b>Vegetarisk lunch</b> Tex-mex potatisgryta	<b>Vegetarisk lunch</b> Grönsakssoppa med ostsmak	<b>Vegetarisk lunch</b> Potatisoslåda	<b>Vegetarisk lunch</b> Mifu-currysoppa
	<b>Mellanmål</b> Bärblandning Kvarg-kinuskisås Fullkornsbröd Frukt	<b>Mellanmål</b> Apelsin-mangokräm Fullkornsbröd Frukt	<b>Mellanmål</b> Havre-äppelpaj Vaniljsås Frukt	<b>Mellanmål</b> Yoghurt Fullkornsbröd Frukt	<b>Mellanmål</b> Kött-rispastej Färsk bit Frukt