



Bakås AKS meny:



Uke 45:

- **Mandag:** Havregryn og bær (H, M)
- **Tirsdag:** Egen matpakke, vi har melk
- **Onsdag:** Frokost: knekkebrød og tubeost (G)
Etter skolen: Fiskegrateng med makaroni og gulrøtter (F, G)
- **Torsdag:** Torsdagsmorgen-te kl. 7.30-8.20
Etter skolen: Grønnsakssuppe og flatbrød (G)
- **Fredag:** Buffé: pålegg, egg, havregryn, yoghurt, brød (E, M, H, G)

Uke 46:

- **Mandag:** Havregryn og bær (H, M)
- **Tirsdag:** Egen matpakke, vi har melk
- **Onsdag:** Frokost: knekkebrød og tubeost (G)
Etter skolen: Omelett i langpanne, med brød ved siden av (E, G, M)
- **Torsdag:** Torsdagsmorgen-te kl. 7.30-8.20
Etter skolen: Tomatsuppe og fullkornsmakaroni (G)
- **Fredag:** Buffé: pålegg, egg, havregryn, yoghurt, brød (E, M, H, G)

Uke 47:

- **Mandag:** Havregryn og bær (H, M)
- **Tirsdag:** Egen matpakke, vi har melk
Bursdagsfeiring: Vi feirer alle novemberbarna og serverer sjokoladecake (M, G), is til de som har allergier
- **Onsdag:** Frokost på AKS: Knekkebrød og tubeost (G)
Etter skolen: Fiskeburger (F, G)
- **Torsdag:** Torsdagsmorgen-te kl. 7.30-8.20
Etter skolen: Grønnsakssuppe og flatbrød (G)
- **Fredag:** Buffé: pålegg, egg, havregryn, yoghurt, brød (E, M, H, G)

M: melk (vi har alltid laktosefri melk som et alternativ) H: havre E: egg
S: skalldyr K: kjøtt (vi har alltid halal til de som ønsker det)
N: nøtter G: gluten F: fisk C: citrus