

Uke 9 3. kl. på AKS	Mandag 23/2	Tirsdag 24/2	Onsdag 25/2	Torsdag 26/2	Fredag 27/2
Ukesmeny: De dagene det serveres kjøtt, har vi halal og vegetar som alternativ til de som skal ha det. Vi serverer fullkornsbrød til frokost- & fredagsbuffeen.	Før skolen: Frokostbuffét Etter skolen: Meksikansk vegetargryte og ris	Etter skolen: Havregryn Kjøleskapsgrøt	Før skolen: Frokostbuffét Etter skolen: Hjemmelaget tomatsuppe	Før skolen: Torsdags te  Etter skolen: Egen matpakke, vi serverer frukt	Før skolen: Frokostbuffét Etter skolen: Buffét
Aktiviteter: 	Gymsal De som ønsker kan være ute, og de som vil kan være inne Gitarkurs, gruppe 1: kl. 13.35-14.00	Gymsal De som ønsker kan være ute, og de som vil kan være inne Skøyter, husk varme klær og ekstra mat. Vi tar med ekstra knekkebrød	Gymsal De som ønsker kan være ute, og de som vil kan være inne Maskegruppe	Gymsal De som ønsker kan være ute, og de som vil kan være inne Friluftsgruppe Bursdagsfeiring- hurra for februarbarna, 4. kl. serverer boller	Gymsal/ disco De som ønsker kan være ute, og de som vil kan være inne Bingo

- Hver dag kl. 8.00 (kl. 8.15 på onsdag) kan de som ønsker det bli med til Monica på biblioteket for en lesestund der.
- Matservering: Vi har hatt besøk Folkelig (<https://folkelig.no>) over en periode, vi har gått gjennom vår matmeny og fått hjelp på veien videre med hva vi serverer. Her er et par eksempler på hva vi starter med:
Frokostblandingene på tirsdag er byttet ut med kjøleskapsgrøt (havregryn og melk som blir satt i kjøleskap over natten), og havregryn og melk- alt med laktosefri og havremelk alternativ. Som topping på dette blir det diverse frukt/ bananer/ epler, litt forskjellig fra gang til gang. Vi har vært storforbrukere av Toro tomatsuppe, nå blir det hjemmelaget suppe. Frokostyoghurtene blir byttet ut med naturell yoghurt som smaksettes med forskjellige toppinger.
- Er det noen som har ski, staver, skisko som ikke er i bruk lenger så tar vi mer enn gjerne imot 😊.
- For daglige beskjeder så kan dere enten komme før skolen starter og si ifra til en av oss på AKS, legge inn melding på Vigolo (<https://vigilo.no>), dere kan ringe/ sende sms frem til kl. 13.00: **918 58 280**

Hå en fin vinterferie!

