

**Matsedel Myrstugubergets Friskola**

**V 48, 28 november – 2 december**

Måndag: **Kebabgryta med ris**

(Innehåller: nötkött, fågel, lök, tomat, paprika, vitlök, ris)

Tisdag: **Kycklingfilé med varm tandoorisås och bulgur**

(Innehåller: fågel, gluten, vetestärkelse, kokos, lök, paprika, tomat, vitlök)

Onsdag: **Panerad fisk med kokt potatis och kall gräslökssås**

(Innehåller: fisk, gluten, vetestärkelse, potatis, laktos, mjölkprotein)

Torsdag: **Falafelbiff med ris och tomatsås samt kall vitlökssås**

(Innehåller: baljväxter, ris, tomat, lök, vitlök, ägg)

Fredag: **Spagetti med köttfärssås**

(Innehåller: nötkött, morot, lök, vitkål, vitlök, tomat, gluten, vetestärkelse)

***Trevlig måltid! /Veronica och Kratai***