

	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
	SUPPE	FISK		FISK		KOS	TRADISJONELL
Uke 1	Lapskaus/ betasuppe	Laks med agurksalat	Wok med svin	Fisk i tortilla	Sunn hamburger	Salat og focaccia	Koteletter med grønnsaker
Uke 2	Soppgryte med vilt og tyttebær	Seibiff med løk	Spagetti med kjøtt- og grønnsakssaus	Fiske gryte	Røsti med mager bacon	Kyllinglår med ris og grønnsaker	Biff med ovnsbakte poteter
Uke 3	Tomatsuppe med egg	Laks i tortilla	Pesto kylling og grønnsaker	Fiskegrateng	Fylte pitabrød med egg og skinke	Hjemmelaget pizza	Sunne pannekaker med fyll
Uke 4	Aspargessuppe med kylling	Kjøttboller og salat	Skinkegrateng	Fiskepinner	Lette pølser med godt følge	Sunn tapas	Hjemmelaget kjøttkaker