



Månadsbladet för oktober 2016

SAMARBETSFÖRMÅGA

Att inleda ett samtal – att ta initiativ till att vara med – att övertyga

Månadens matsedel och aktiviteter

Med reservation för ändringar i matsedeln. I måltiden ingår också färska grönsaker, smörgås och mjölk.

Vecka 40

Måndag	3/10	Broccoligratäng, potatis Polentabiff med pumpa och chili, potatis	
Tisdag	4/10	Kycklinggryta med curry, ris Böngulasch, ris	Skolråd , kl.18.00
Onsdag	5/10	Blodpudding, lingonsylt Potatisbullar, lingonsylt	
Torsdag	6/10	Lättpanerad fiskfilé, gräddfilssås, potatis Röd lasange med timjan, keso	åk7 , skolbio
Fredag	7/10	Spagetti, köttfärssås Spagetti med quornfärssås	

åk6-8, skolbio i Uppsala

Vecka 41

Måndag	10/10	Thaigryta med kyckling, jasminris Thaigryta med kikärter och grönsaker, jasminris	
Tisdag	11/10	Ugnsbakade rotfrukter, olika såser, korv Ugnsbakade rotfrukter, olika såser, prinjekorv	
Onsdag	12/10	Moussaka med medelhavsost Couscouspytt med kall limes dressing	
Torsdag	13/10	Gulaschsoppa, hembakat bröd, hummus Rödbetsbiffar med ostcrème, klyftpotatis	BOKBUSSEN åk4 & 5 , skolbio
Fredag	14/10	Kökets val Kökets gröna val	Fritids , Sista dagen för att lämna in tider för höstlovet

Vecka 42

Måndag	17/10	Köttbullar, makaroner, ketchup Pasta med ajvar- och spenatsås	åk5 , 8-9, Bad i Fyrishov (simtest, livräddn.)
Tisdag	18/10	Orientalisk kyckling, kryddigt ris, myntasås Vårulle, sötsur sås, ris	åk6 , skolbio
Onsdag	19/10	Fiskgryta med aioli Rårisbiffar med lingonkeso, rivna rotfrukter	
Torsdag	20/10	Pannkaka, hemkört sylt Kikärtsgryta med aprikos, potatis	
Fredag	21/10	Korv Stroganoff, ris Morot Stroganoff, ris	åk4-7 , Teater i bygdegården, ”Den blå ön”



Månadsbladet för oktober 2016

Vecka 43

Måndag	24/10	Röd lasange med timjan och keso Potatisbullar, lingonsylt
Tisdag	25/10	Färsk fiskfilé med frasigt täcke, kall örtsås, potatis Krämig linsgryta, potatis
Onsdag	26/10	Grekisk färspanna med tzatziki, klyftpotatis Kikärtsbiff, klyftpotatis och tzatziki
Torsdag	27/10	Kycklingwok, nudlar, kokosmjölk Nudlar med wokade grönsaker
Fredag	28/10	Viltgryta med rotfrukter med svamp, potatis Höstbulgur, senapscréme

Vecka 44

31/10 – 4/11	LOV	LÄSLOV!	Fritids i Tuna Obs inga bussar!
--------------	-----	---------	------------------------------------

Övrig information:

- Utvecklingssamtal påbörjas.
- **Fritids 14/10**, sista dagen för att lämna in lappen om tider på fritids under v.44



jane.ostergren@ uppsala.se