



# Matsedel läsåret 2019-2020 Malax Skoldistrikt

## Årets grönsak Paprika

Paprika tillhör samma växtfamilj som tomat, potatis och aubergin traditionella apelsinen

Den röda sorten är dessutom speciellt rik på karoten.

Paprikan kommer ursprungligen från Mellan- och Sydamerika

SPORTL...

<b>VECKA</b>	<b>34,40,46,2,8,15,21</b>	<b>35,41,47,3,10 16, 22</b>	<b>36,42,48,4,11,17,</b>	<b>37,43,49,5,12,18,</b>	<b>38,44,50,6,13,19</b>	<b>33,39,45,51,7,14, 20</b>
	<b>17/2</b>	<b>2/3</b>	<b>9/3</b>	<b>16/3</b>	<b>23/3</b>	<b>30/3</b>
<b>MÅNDAG</b>	<b>Knackorv Potatis, sallad, sås</b>	<b>Köttfärssås Potatis/pasta Sallad</b>	<b>Kycklingwok Ris/potatis, sås Sallad</b>	<b>Spenat &amp; morotsplättar Potatis,sås,sallad</b>	<b>Makaronilåda Sallad</b>	<b>Kebab &amp; mos Sallad</b>
<b>TISDAG</b>	<b>Fisk Potatis Salla</b>	<b>Gröt</b>	<b>Vintersoppa Bröd &amp; ost</b>	<b>Kycklinglasagnette Sallad</b>	<b>Kycklinggryta Ris, sallad</b>	<b>Gröt Bröd o ost</b>
<b>ONSDAG</b>	<b>Lasagne Sallad</b>	<b>Laxfrestelse Sallad</b>	<b>Karlssonsfrestelse Sallad</b>	<b>Fisk Potatis, sås Sallad</b>	<b>Köttssoppa Bröd &amp; ost</b>	<b>Kalops Potatis, sallad</b>
<b>TORSDAG</b>	<b>Potatis-purjosoppa Bröd</b>	<b>Minestroneoppa Bröd &amp; ost</b>	<b>Tonfisk &amp; pasta Ostsås Sallad</b>	<b>Ärtsoppa Pannkaka</b>	<b>Vegetariserätt Sallad</b>	<b>Fisksoppa pirog</b>
<b>FREDAG</b>	<b>Kycklingrätt Ris/potatis, sås Sallad</b>	<b>Nuggets Potatis, sås Sallad</b>	<b>Köttbullar potatis, sås Sallad</b>	<b>Tacogryta Ris, sallad</b>	<b>Ugnslax Potatis o sallad</b>	<b>Pestokyckling Potatis/ris Sallad</b>