

**FRUKOST****MELLANMÅL****Vecka 36 - 2/9-8/9**

Måndag Filmjök, kanel och havrekuddar
Tisdag Havregrynsgröt
Onsdag Ägg och kaviar
Torsdag Grahamsgrynsgröt
Fredag Yoghurt och cornflakes

Smörgås med makrill och frukt
Smörgås med ost och grönsak
Filmjök/yoghurt, cornflakes och frukt
Korv, bröd och frukt
Brytbröd, skinka/ost och grönsak

Vecka 37 - 9/9-15/9

Måndag Filmjök, cornflakes och russin
Tisdag Havregrynsgröt
Onsdag Ägg och kaviar
Torsdag Mannagrynsgröt
Fredag Yoghurt, solrosfrön och banan

Smörgås med räkokost och grönsak
Fruktsmoothie, smörgås
Filmjök/yoghurt, müsli och frukt
Pannkaka, sylt och frukt
Smörgås med korv/ost och grönsak

Vecka 38 - 16/9-22/9

Måndag Filmjök, havrekuddar och russin
Tisdag Havregrynsgröt
Onsdag STÄNGT
Torsdag Mannagrynsgröt
Fredag Yoghurt, solrosfrön och banan

Smörgås med korv/ost och frukt
Tunnbrödsrulle och grönsak
STÄNGT
Potatisbullar, lingon och frukt
Grov kringla med ost och grönsak

Vecka 39 - 23/9-29/9

Måndag Filmjök, kanel och cornflakes
Tisdag Havregrynsgröt
Onsdag Ägg och kaviar
Torsdag Grahamsgrynsgröt
Fredag Yoghurt och havrekuddar
och grönsak

Brytbröd med mjukost och grönsak
Smörgås med makrill och frukt
Fruktsmoothie och smörgås
Hamburgare, bröd och frukt
Smörgås med korv/ost

Vecka 40 - 30/9-6/10

Måndag Filmjök, havrekuddar och russin
Tisdag Havregrynsgröt
Onsdag Ägg och kaviar
Torsdag Mannagrynsgröt
Fredag Yoghurt, solrosfrön och banan

Smörgås, pastej/ost och grönsak
Fruktsmoothie och smörgås
Filmjök/yoghurt, müsli och grönsak
Korv med bröd och grönsak
Tekaka med skinka/ost och frukt

Vecka 41 - 7/10-13/10

Måndag Filmjök, kanel och cornflakes
Tisdag Havregrynsgröt
Onsdag Ägg och kaviar
Torsdag Mannagrynsgröt
Fredag Yoghurt, solrosfrön och banan

Smörgås med korv/ost och grönsak
Brytbröd med skinka/ost och grönsak
Fruktsmoothie och smörgås
Ugnspannkaka, lingon och grönsak
Smörgås med mjukost och frukt



**FRUKOST****MELLANMÅL****Vecka 42 - 14/10-20/10**

Måndag	Filmjök, havrekuddar och russin	Smörgås med korv/ost och frukt
Tisdag	Havregrynsgröt	Tunnbrödsrulle och grönsak
Onsdag	Ägg och kaviar	Filmjök/yoghurt, havrekuddar, frukt
Torsdag	Mannagrynsgröt	Hamburgare, bröd och grönsak
Fredag	Yoghurt och havrekuddar	Russinbulle, skinka/ost och grönsak

Vecka 43 - 21/10-27/10

Måndag	Filmjök, kanel och cornflakes	Brytbröd med mjukost och grönsak
Tisdag	Havregrynsgröt	Smörgås med makrill och frukt
Onsdag	Ägg och kaviar	Filmjök/yoghurt, havrekuddar, frukt
Torsdag	Mannagrynsgröt	Pannkakor, sylt och grönsak
Fredag	Yoghurt, solrosfrön och banan	Smörgås med mjukost och grönsak

Vecka 44 - 28/10-3/11

Måndag	STÄNGT	STÄNGT
Tisdag	Havregrynsgröt	Smörgås med korv/ost och grönsak
Onsdag	Ägg & kaviar	Fruktsmoothie och smörgås
Torsdag	Mannagrynsgröt	Korv med bröd och grönsak
Fredag	Yoghurt, solrosfrön och banan	Brödbullar med ost och grönsak

Vecka 45 - 4/11-10/11

Måndag	Filmjök, havrekuddar och russin	Smörgås med korv/ost och grönsak
Tisdag	Havregrynsgröt	Tunnbrödsrulle och grönsak
Onsdag	Ägg och kaviar	Filmjök/yoghurt, havrekuddar, frukt
Torsdag	Mannagrynsgröt	Potatisbullar, lingon och frukt
Fredag	Yoghurt, solrosfrön och banan	Grov kringla med ost och frukt

Vecka 46 - 11/11-17/11

Måndag	Filmjök, kanel och cornflakes	Brytbröd med mjukost och grönsak
Tisdag	Havregrynsgröt	Smörgås med skinka/ost och grönsak
Onsdag	Ägg och kaviar	Filmjök/yoghurt, havrekuddar, frukt
Torsdag	Grahamsgrönsgröt	Hamburgare, bröd och grönsak
Fredag	Yoghurt, cornflakes och russin	Tekaka med skinka/ost och frukt

Vecka 47 - 18/11-24/11

Måndag	Filmjök, kanel och cornflakes	Smörgås med korv/ost och grönsak
Tisdag	Havregrynsgröt	Vetekaka, skinka/ost och grönsak
Onsdag	Ägg och kaviar	Fruktsmoothie och smörgås
Torsdag	Mannagrynsgröt	Pannkakor, sylt och grönsak
Fredag	Yoghurt, solrosfrön och banan	Tekaka med mjukost och grönsak



**FRUKOST****MELLANMÅL****Vecka 48 - 25/11-1/12**

Måndag	Filmjök, kanel och havreringar	Smörgås med makrill och frukt
Tisdag	Havregrynsgröt	Brytbröd med ost och grönsak
Onsdag	Ägg och kaviar	Filmjök/yoghurt, müsli och grönsak
Torsdag	Grahamsgrynsgröt	Korv, bröd och grönsak
Fredag	Yoghurt och havrekuddar	Russinbulle, skinka/ost och grönsak

Vecka 49 - 2/12-8/12

Måndag	Filmjök, cornflakes och russin	Fruktsmoothie och smörgås
Tisdag	Havregrynsgröt	Smörgås med räkost och grönsak
Onsdag	Ägg och kaviar	Filmjök/yoghurt, müsli och frukt
Torsdag	Mannagrynsgröt	Potatisbullar, lingon och grönsak
Fredag	Yoghurt, solrosfrön och banan	Smörgås med korv/ost och grönsak

Vecka 50 - 9/12-15/12

Måndag	Filmjök, havreringar och russin	Smörgås med korv/ost och frukt
Tisdag	Havregrynsgröt	Tunnbrödsrulle och grönsak
Onsdag	Ägg och kaviar	Filmjök/yoghurt, havrekuddar, frukt
Torsdag	Mannagrynsgröt	Hamburgare, bröd och grönsak
Fredag	Yoghurt, solrosfrön och banan	Grov kringla med ost och grönsak

Vecka 51 - 16/12-22/12

Måndag	Filmjök, kanel och cornflakes	Brytbröd med mjukost och grönsak
Tisdag	Havregrynsgröt	Smörgås med makrill och frukt
Onsdag	Ägg och kaviar	Fruktsmoothie och smörgås
Torsdag	Grahamsgrynsgröt	Pannkakor, sylt, grönsak
Fredag	Yoghurt och havrekuddar	Smörgås med korv/ost och grönsak

