

**FRUKOST****MELLANMÅL****Vecka 52 - 23/12-29/12**

Måndag	Filmjolk, kanel och havrekuddar	Smörgås med makrill och frukt
Tisdag	Stängt	Stängt
Onsdag	Stängt	Stängt
Torsdag	Stängt	Stängt
Fredag	Yoghurt och cornflakes	Brytbröd, skinka/ost och grönsak

Vecka 1 - 30/12-5/1

Måndag	Filmjolk, cornflakes och russin	Smörgås med räkost och grönsak
Tisdag	Stängt	Stängt
Onsdag	Stängt	Stängt
Torsdag	Mannagrynsgröt	Pannkaka, sylt och frukt
Fredag	Yoghurt, solrosfrön och banan	Smörgås med korn/ost och grönsak

Vecka 2 - 6/1-12/1

Måndag	Stängt	Stängt
Tisdag	Havregrynsgröt	Tunnbrödsrulle och grönsak
Onsdag	Ägg och kaviar	Filmjolk, havrekuddar och frukt
Torsdag	Mannagrynsgröt	Potatisbullar, lingon och frukt
Fredag	Yoghurt, solrosfrön och banan	Grov kringla med ost och grönsak

Vecka 3 - 13/1-19/1

Måndag	Filmjolk, kanel och cornflakes	Brytbröd med mjukost och grönsak
Tisdag	Havregrynsgröt	Smörgås med makrill och frukt
Onsdag	Ägg och kaviar	Fruktsmoothie och smörgås
Torsdag	Grahamsgrönsgröt	Hamburgare, bröd och frukt
Fredag	Yoghurt och havrekuddar	Smörgås med korn/ost och grönsak

Vecka 4 - 20/1-26/1

Måndag	Filmjolk, havrekuddar och russin	Smörgås, pastej/ost och grönsak
Tisdag	Havregrynsgröt	Fruktsmoothie och smörgås
Onsdag	Ägg och kaviar	Filmjolk/yoghurt, müsli och grönsak
Torsdag	Mannagrynsgröt	Korn med bröd och grönsak
Fredag	Yoghurt, solrosfrön och banan	Tekaka med skinka/ost och frukt

Vecka 5 - 27/1-2/2

Måndag	Filmjolk, kanel och cornflakes	Smörgås med korn/ost och grönsak
Tisdag	Havregrynsgröt	Brytbröd med skinka/ost och grönsak
Onsdag	Ägg och kaviar	Fruktsmoothie och smörgås
Torsdag	Mannagrynsgröt	Potatisbullar, lingon och grönsak
Fredag	Yoghurt, solrosfrön och banan	Smörgås med mjukost och frukt



**FRUKOST****MELLANMÅL****Vecka 6 - 3/2-9/2**

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

Smörgås med korv/ost och frukt
Tunnbrödsrulle och grönsak
Filmjök/yoghurt, havrekuddar, frukt
Hamburgare, bröd och grönsak
Russinbulle, skinka/ost och grönsak

Vecka 7 - 10/2-16/2

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

Brytbröd med mjukost och grönsak
Smörgås med makrill och frukt
Filmjök/yoghurt, havrekuddar, frukt
Pannkakor, sylt och grönsak
Smörgås med mjukost och grönsak

Vecka 8 - 17/2-23/2

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

Smörgås med skinka och grönsak
Smörgås med korv/ost och grönsak
Fruktsmoothie och smörgås
Korv med bröd och grönsak
Brödbullar med ost och grönsak

Vecka 9 - 24/2-1/3

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

Smörgås med korv/ost och grönsak
Tunnbrödsrulle och grönsak
Filmjök/yoghurt, havrekuddar, frukt
Potatisbullar, lingon och frukt
Grov kringla med ost och frukt

Vecka 10 - 2/3-8/3

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

Brytbröd med mjukost och grönsak
Smörgås med skinka/ost och grönsak
Filmjök/yoghurt, havrekuddar, frukt
Hamburgare, bröd och grönsak
Tekaka med skinka/ost och frukt

Vecka 11 - 9/3-15/3

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

Smörgås med korv/ost och grönsak
Vetekaka, skinka/ost och grönsak
Fruktsmoothie och smörgås
Pannkakor, sylt och grönsak
Tekaka med mjukost och grönsak



**FRUKOST****MELLANMÅL****Vecka 12 - 16/3-22/3**

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

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

Vecka 13 - 23/3-29/3

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

Fruktsmoothie och smörgås
Smörgås med räkokost och grönsak
Filmjök/yoghurt, müsli och frukt
Potatisbullar, lingon och grönsak
Smörgås med korv/ost och grönsak

Vecka 14 - 30/3-5/4

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

Smörgås med korv/ost och frukt
Tunnbrödsrulle och grönsak
Filmjök/yoghurt, havrekuddar, frukt
Hamburgare, bröd och grönsak
Grov kringla med ost och grönsak

Vecka 15 - 6/4-12/4

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

Brytbröd med mjukost och grönsak
Smörgås med makrill och frukt
Fruktsmoothie och smörgås
Pannkakor, sylt, grönsak
Stängt

Vecka 16 - 13/4-19/4

Måndag Stängt
Tisdag Stängt
Onsdag Ägg och kaviar
Torsdag Grahamsgrynsgröt
Fredag Yoghurt och cornflakes

Stängt
Stängt
Filmjök/yoghurt, cornflakes och frukt
Korv, bröd och frukt
Brytbröd, skinka/ost och grönsak

Vecka 17 - 20/4-26/4

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



**FRUKOST****MELLANMÅL****Vecka 18 - 27/4-3/5**

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

Vecka 19 - 4/5-10/5

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	Hamburgare, bröd och frukt
Fredag	Yoghurt och havrekuddar	Smörgås med korv/ost och grönsak

Vecka 20 - 11/5-17/5

Måndag	Filmjök, havrekuddar och russin	Smörgås, pastej/ost och grönsak
Tisdag	Havregrynsgröt	Fruktsmoothie och smörgås
Onsdag	Ägg och kaviar	Filmjök/yoghurt, müsli och grönsak
Torsdag	Mannagrynsgröt	Korv med bröd och grönsak
Fredag	Yoghurt, solrosfrön och banan	Tekaka med skinka/ost och frukt

Vecka 21 - 18/5-24/5

Måndag	Filmjök, kanel och cornflakes	Smörgås med korv/ost och grönsak
Tisdag	Havregrynsgröt	Brytbröd med skinka/ost och grönsak
Onsdag	Ägg och kaviar	Fruktsmoothie och smörgås
Torsdag	Mannagrynsgröt	Potatisbullar, lingon och grönsak
Fredag	Yoghurt, solrosfrön och banan	Smörgås med mjukost och frukt

Vecka 22 - 25/5-31/5

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 23 - 1/6-7/6

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





FRUKOST

MELLANMÅL

Vecka 24 - 8/6-14/6

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

