



Mellanmålsförslag

Måndag:

Lättfil, flingor/müsli, 1 hård smörgås med lättmjukost, frukt

Tisdag:

Lättmjölk, 1 mjuk smörgås (nyckelhålsmärkt) med ost, 1 hård smörgås med kaviar, grönsaksbit

Onsdag:

Lättmjölk, 1 mjuk smörgås (nyckelhålsmärkt) med leverpastej, 1 hård smörgås med lättmargarin, grönsaksbit

Torsdag:

Lättfil, flingor/müsli, 1 hård smörgås med kaviar, frukt

Fredag:

Lättmjölk, 1 mjuk smörgås (nyckelhålsmärkt) med magert köttpålägg + ex kalkon el skinka, 1 hård smörgås med lättmargarin, grönsaksbit

