

	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lördag	Söndag
1	Köttfärsås pasta Morötter	Fiskbullar Potatis Morötter	Kyckling Ris Mix	Soppa och pannkaka	Korv pasta Broccoli	Kött och pot.gratäng Mix	Hamburgare Pommes
2	Korv potatis (extra)	Blodpudding Potatisbullar Bacon	Färsbiff pasta	Soppa och pannkaka	Kyckling Pasta Mix	Lax Potatis Ärtor	Kött Ris Broccoli
3	Pytt Morötter	Köttfärsås Pasta Morötter	Korv Ris Mix	Soppa och pannkaka	Torsk Potatis ärtor	Tacos Grönsaker	Kyckling ris Broccoli
4	Köttbullar mos Lingon Broccoli	Korvstroganoff ris Mix	Kyckling Pasta Broccoli	Soppa och pannkaka	Pizza Sallad	Kotlett Potatis Broccoli	Sushi Gurka Morötter

Som förälder behöver man jämföra sin matlista med skola/förskola och flytta om utifrån det.

När du tex gör köttfärsås eller tacofärs, gör dubbel sats och frys till nästa vecka!

I min kommun har de nästa aldrig soppa på torsdagar och pannkakan kan varieras som våfflor, krabelurer, potatispannkakor (extra bacon och ingen soppa).