

✓	Antal	Vara	Kommentar
	4	Falukorv	Ofta på extrapris, kan ersättas med varmkorv
	4kg	Köttfärs	Dela 3*1kg och 2*500g för tacos
	4kg	Kyckling	Valfria delar eller filéer beroende på vad du ska göra
	15st	Kotlett	Eller tre större bitar, eller liknande
	3-5st	Bacon	Bra att ha några till helgfrukost eller till råakor
	1kg	Köttbullar	Kan göras själv, men ibland vill man ha genvägar
	1kg	Pytt	Använd ugnen så kan du göra annat under tiden
	2	Blodpudding	
	2	Pålägg	Dela på stora förp. Räkna ut veckoantal och påsa!
	30-40st	Ägg	Pannkakan tar ca 24st. Frukostar, köttfärsbiffar
	4l	Havremjolk	Håller i år! Bra i pannkakssmet! Köp i 10p om rabatt!
	3-4st	Bordsmargarin	
	3-4st	Stekmargarin	
	9l	Mjolk	Beroende på hur mycket ni dricker
	5dl	Grädde	
	2l	Yoghurt/fil	
	2	Creme fraise	Stora
	1	Ost	En stor 2200g
	2*4	Lax	En laxbit används till Sushin
	2	Torsk	
	2-3st	Fiskbullar	
	1	Crabfish	Till sushi, halva till 2/4 går åt!
	4	Soppa	Ärtsoppa, köttsockpa mm
	1	Remouladsås	
	4-6st	Tomatkross	
	1	Ketchup	
	1	Chilisås	
	1	Sweet chilisås	
	2	Tacokryddor	
	1	Tacosås	Kolla kilopris! Ofta extraprisvara
	1	Noriblad	Till sushi
	1	Risvinäger	Till sushi
	2	Limpor	
	2	Rostbröd	Stora
	2	Tubbröd	Typ polarkaka
	1	Tacochips	

	2	Tortillias	Öppnat går att frysa, men tinas försiktigt
	1	Pommes	1 stor påse
	1	Broccoli	1 stor = 2-4 små påsar
	1	Mixade grönsaker	1 stor = 2-4 små påsar
	1	Frysta ärtor	2 mindre påsar
	1kg	Morötter	
		Frukt	
		Grönsaker	
	2	Saft	Mindre socker än juice, en röd en gul
	4	Läsk	
	1paket	Popcornkärnor	
	2	Chips	
		Snabbmat	Tex nudlar, micropizza, risgrynsgröt mm
		Kaffe	
		Te	
		Chokladmjölkspulver	
		Varannan månad	
		Pasta	
		Potatis	Förvara mörkt och svalt
		Lök	Förvara på äggflak, börjar en ruttna så håller de andra
		Matris	
		Grötris	Till sushi
		Lingonsylt	

