

## Mellanmåls meny, skola och förskola

### Mjök och smörgås. BAS, serveras alla dagar.

- Mjukt och hårt bröd (gärna grovt bröd)
- Pålägg, ett skivbart och ett bredbart
- Mjök, grönsak eller fruktbit

### Fil/yoghurt (naturell). TILLÄGG, serveras 1-2 ggr per vecka.

- Fil/yoghurt
- Flingor/müsli
- Lättsockrad mos/sylt

### Vid enstaka tillfällen serveras korv med bröd.

Tex när kökspersonalen har arbetsplatsträff.

### Exempel på utbud:

#### Bröd – mjukt bröd från lokal bagare samt från grossist.

Hembakat bröd, osötat bröd. Sötat bröd serveras ibland.

#### Grönsaks- och fruktbit

Morot, vitkål, kålrot, zucchini, gurka, paprika, tomat, fruktklyftor/fruktbitar.  
Säsongsanpassat!

#### Pålägg

Skivad ost, leverpastej, kokt/rökt medvurst, kokt/rökt skinka, skivad rökt kalkon, skivat ägg, hummus (kikärtsblandning). Tuber: messmör, kaviar, mjukost, makrill i tomatsås. Köttpålägg serveras inte samtidigt som ägg och endast 1-2 ggr/vecka.

