

# Matsedel Förskola

Vecka 30

2025-07-21 - 2025-07-25

## Måndag 21/7

|           |                                       |                                                                                                                                                                         |                  |
|-----------|---------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| Frukost   | Kokt ägg, smörgås, mjölk              |                                                                                                                                                                         | 0,45 CO2<br>ekv. |
| Lunch     | Gratinerad kassler med tomat, kornris |   | 0,68 CO2<br>ekv. |
| Mellanmål | Yoghurt, bär, smörgås, frukt          |                                                                                                                                                                         | 0,36 CO2<br>ekv. |

## Tisdag 22/7

|           |                                                |                                                                                                                                                                         |                  |
|-----------|------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| Frukost   | Havregrynsgröt, bär, mjölk                     |                                                                                                                                                                         | 0,27 CO2<br>ekv. |
| Lunch     | Pasta pesto med kyckling                       |   | 0,44 CO2<br>ekv. |
| Mellanmål | Grönsaksstavar med dipp, smörgås, mjölk, frukt |                                                                                                                                                                         | 0,1 CO2<br>ekv.  |

## Onsdag 23/7

|           |                                                            |                                                                                       |                  |
|-----------|------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| Frukost   | Müsli, bär, mjölk                                          |                                                                                       | 0,37 CO2<br>ekv. |
| Lunch     | Potatis och purjolökssoppa, spread med moröt, nybakat bröd |  | 0,09 CO2<br>ekv. |
| Mellanmål | Varmkorv med bröd, mjölk, frukt                            |                                                                                       | 0,41 CO2<br>ekv. |

## Torsdag 24/7

|           |                                    |                                                                                                                                                                             |                  |
|-----------|------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| Frukost   | Grahamsgrynsgröt, bär, mjölk       |                                                                                                                                                                             | 0,42 CO2<br>ekv. |
| Lunch     | Kockens fiskgratäng                |   | 0,32 CO2<br>ekv. |
| Mellanmål | Jordgubbsmilkshake, smörgås, frukt |                                                                                                                                                                             | 0,11 CO2<br>ekv. |

## Fredag 25/7

|           |                       |  |                  |
|-----------|-----------------------|--|------------------|
| Frukost   | Flingor, bär, mjölk   |  | 0,62 CO2<br>ekv. |
| Lunch     | Kockens val           |  |                  |
| Mellanmål | Smörgås, mjölk, frukt |  | 0,4 CO2<br>ekv.  |