

## Mellanmål i Pedersöre skolor/daghem, vecka 3-6, 2021

### **Vecka 3**

Måndag	Karelsk pirog med äggsmör
Tisdag	Naturell yoghurt med blåbär
Onsdag	Rågkrossbitar med kalkonpålägg, gurka
Torsdag	Hallonsmoothie
Fredag	Pannkaka med fruktmos

### **Vecka 4**

Måndag	Morotssemla, ost, paprika
Tisdag	mangokvarg
Onsdag	Morots-, gurka o blomkålstavar med dip
Torsdag	Rågbröd, skinka, fruktbit
Fredag	Bärkräm, riskaka, färskost

### **Vecka 5**

Måndag	Yoghurt med bär och honungsrostad havre
Tisdag	Frukt (mandarin/banan)
Onsdag	Pizzasmörgås (mörkt bröd)
Torsdag	Fullkornssemla med skinka, gurka
Fredag	Mjölkdirink med jordgubbar (jordgubbar, banan, mjölk)

### **Vecka 6**

Måndag	Weetabix med mjölk och mangomos
Tisdag	Rågbröd med kokt ägg, ost och paprika
Onsdag	Hotdog, majonnäs och tomat
Torsdag	Frukt (äpple/banan)
Fredag	Naturell yoghurt med äppelmos och mysli