

## PLANERING HK HT 10

V.	8B tisdag	8A torsdag	8C fredag
34	a-lagstid	pastasallan/scones	pastasallad /scones
35	pastasallad/scones	fisk/scones	fisk/scones
36	fisk/scones	baka m jäst	baka m jäst
37	baka m jäst	pasta/pastasås/kräm/äpplen	pasta/pastasås/kräm/äpplen
38	pasta/pastasås/kräm/äpplen	biffstroganoff m ris	biffstroganoff m ris
39	biffstroganoff m ris	praktiskt prov	praktiskt prov
40	praktiskt prov	näringslära/risotto	<b>Komp NOL</b>
41	näringslära/ risotto	proteinrik måltid	näringslära/ risotto
42	proteinrik måltid	fettrik måltid	proteinrik måltid
43	fettrik måltid	kolhydratrik måltid	fettrik måltid
44	<b>Höstlov</b>	<b>Höstlov</b>	<b>Höstlov</b>
45	<b>Handboll f.m</b>	mineralrik måltid	kolhydratrik måltid
46	<b>Prao</b>	<b>Prao</b>	mineralrik måltid
47	kolhydratrik måltid	vitamin/vattenrik måltid	<b>Prao</b>
48	mineralrik måltid	?	vitamin/vattenrik måltid
49	vitamin/vattenrik måltid	pepparkakor	pepparkakor
50	pepparkakor	städ	städ
51	städ	<b>Jullov</b>	<b>Jullov</b>