Matpakketips
for hele uken!
Bakehuset

En god matpakke

gir overskudd – og glede!

I en aktiv hverdag er både liten og stor avhengig av godt påfyll for å holde energien oppe. Kostholdet påvirker både konsentrasjonen, prestasjonen og humøret. Å spise regelmessig i løpet av dagen er enklere om du smører en god matpakke!

Grovt brød inneholder mye fiber, vitaminer og mineraler som er viktige for både store og små apekatter. Julius Favorittbrød er et grovt og nøkkelhullsmerket brød som passer perfekt i matpakken med alle typer pålegg – og som kombinert med grønnsaker, frukt og bær gjør det lett å lage variert og næringsrik niste. Med enkle tips lager du de beste matpakkene til glede for lekne og lærelystne i alle aldre, hele uken igjennom.

Mandag

- Julius Favorittbrød
- Kokt egg (8 minutter)
- Kaviar
- Jordbær

Alternativ Mandag

- Julius Favorittbrød
- Makrell i tomat
- Eple i skiver
- Reddiker i kløfter
- Bringebær

Tirsdag

- Julius Favorittbrød
- Smøreost
- Agurk i skiver og staver
- Sukkererter

Onsdag

- Julius Favorittbrød
- Banan
- Gulrot i staver

Torsdag

- Julius Favorittbrød
- Pepperskinke
- Ost i staver
- Druer

Fredag

- Julius Favorittbrød
- Leverpostei
- Blåbær
- Agurk

Alternativ Fredag

- Julius Favorittbrød
- Falukorv eller kalkunpølse
- Agurk i strimler
- Vannmelon
- Små søte tomater

Lørdag

- Julius Favorittbrød
- Spekeskinke
- Eggerøre
- Jordbær

Søndag

- Julius Favorittbrød
- Stekt bacon
- Avocado i skiver
- Speilegg

Unn deg noe ekstra i helgen!

Fargelegg Julius som du vil!

Vær med i trekningen av Juliusoverraskelser!

Klipp ut og send inn tegningen til:
Bakehuset AS, PB 43 Økern, 0508 Oslo
Husk å merke konvolutten med «Julius Favorittbrød»

NAVN: _____

ADRESSE: _____

_____

Løs rebusen
Vinn billetter til Dyreparken!

facebook.com/bakehuset.no

Forbrukerkontakt: Bakehuset AS, PB 43 Økern, 0508 Oslo, www.bakehuset.no