














JA TAKK VI ANBEFALER DETTE I NISTEBOKSEN		NEI TAKK VI ANBEFALER IKKE DETTE I NISTEBOKSEN	
GROVT BRØD		FINT BRØD F. EKS LOFF	
GROVE KNEKKEBRØD		PØLSEBRØD	
SUNNE NØTTER		SALTE NØTTER	
TØRKET FRUKT F.EKS ROSINER		SØTE KJEKS	
FRUKT		DESSERT YOGHURT	
GRØNNSAKER		KAKE	
MAT FRA HJEMLAND			

☺ I samarbeid med helsestasjonen anbefaler vi sunn og variert mat.

☺ Barna får melk og vann å drikke i barnehagen.

☺ Barna får tilbud om yoghurt i barnehagen, de trenger ikke ta med egen. Helsestasjonen anbefaler en liten yoghurt i døgnet.