**Höstlägret i Sundsvall**

Nu är det snart dags för Sundsvallslägret!

Meny är bestämd av matansvariga och vi har delat upp tillagningen som ska göras hemma.

Vi köper och tillagar det som ska vara till, t.ex. pasta, ris, potatis och grönsaker.

Det du behöver göra är att laga den maträtt du blivit tilldelad. Frys maten i märkta lådor och ta med till bussen på avresedagen. Märk även lådorna med namn om du vill ha tillbaka dom!

Oftast är det lättare för oss som värmer maten i Sundsvall om ni lagar efter samma recept, så prata gärna med de ni delar rätten med. Vi hoppas att ni tycker detta är ok…

**Observera** att minst en av lådorna ni lagar inom ”teamet” ska vara mjölkfri, dvs. stek i olja, använd mjölkfria produkter som ersättning till grädde, crème fraiche och liknande.

Är det något du funderar över angående maten så kan du ringa N.N. 12 34 56 och gäller det lägret kontakta Pelle 19 76 16.

Ni som ska laga ***antal*** portioner ***maträtt*** är familjen A (tel.nr), familjen B (tel.nr) och familjen C (tel.nr).

Nu lagar vi grunden inför vintern.

Hälsningar  
Matlaget  
*(D.D., E.E., F.F. och G.G.)*