**Instruktioner till arbetspass matansvariga:**

Ni ansvarar för att ta emot maten som levereras av restaurang Svalan till Trängen kl 10:40. Maten tar ni med till cafét vid mikrovågsugnarna i A-hallen (inte in i cafét). Lagen får själva bestämma när dom vill äta mellan kl 11.20 – 13.45 och en tränare för respektive lag kommer att hämta sitt lags mat hos er och då packar ni lagets mat i lådor och ger till tränaren som tar med det till lagets omklädningsrum. Pricka även av varje lag som hämtat sin mat. Var observanta på om det är någon som har anmält allergi eller specialkost i laget innan ni lämnar ut maten.

Varje lag ska också få ett mellis bestående av 1 frukt och en drickyoghurt vilket finns för er att hämta i köket i kansliet. Ni packar rätt antal till respektive lag och ställer in dessa i deras omklädningsrum mellan kl 13.30 och 14.00. Detta behöver alltså förberedas i god tid. Passa även på att tömma soptunnan i omklädningsrummet. **Lördag**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lag** | **Omklädningsrum** | **Antal** | **Specialkost** | **Trolig mattid** |
| **Örebro 1** | **E B-hallen** | **13** | **0** | **12.20** |
| **Örebro 2** | **D B-hallen** | **13** | **1 med fullkornspasta** | **12.40** |
| **Örebro 3** | **D B-hallen** | **13** | **0** | **11.30** |
| **Örebro 4** | **C-B-hallen** | **13** | **0** | **11.50** |
| **Färjestad 1** | **2 & 3 A-hallen** | **11** | **0** | **12.20** |
| **Färjestad 2** | **2 & 3 A-hallen** | **10** | **1 laktos, 1 ägg, 1 nötter** | **12.40** |
| **Färjestad 3** | **2 & 3 A-hallen** | **10** | **1 gluten, 1 laktos** | **11.30** |
| **Sundsvall 1** | **5 A-hallen** | **13** | **0** | **12.20** |
| **Sundsvall 2** | **5 A-hallen** | **13** | **0** | **11.30** |
| **Örebro flick** | **4 A-hallen** | **15** | **2 veg, 1 veg och laktos** | **11.50** |
| **Ludvika** | **6 A-hallen** | **15** | **1 nötter, 1 laktos** | **12.20** |
| **Katrineholm** | **9 A-hallen** | **14** | **0** | **11.30** |
| **Lindlöven** | **7 A-hallen** | **13** | **0** | **12.40** |
| **Köping** | **A B-hallen** | **13** | **1 laktos, 1 ägg, 1 nötter** | **11.50** |
| **Kumla** | **B B-hallen** | **13** | **1 ägg** | **11.40** |
| **Falun** | **1 A-hallen** | **13** | **1 sojaprotein och nötter** | **11.50** |
| **Övriga ledare ÖHU** |  | **Typ 10** | **3 st gluten** |  |

**Söndag**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lag** | **Omklädningsrum** | **Antal** | **Specialkost** | **Trolig mattid** |
| **Örebro 1** | **E B-hallen** | **13** | **0** | **11.20** |
| **Örebro 2** | **D B-hallen** | **13** | **1 med fullkornspasta** | **11.40** |
| **Örebro 3** | **D B-hallen** | **13** | **0** | **12.20** |
| **Örebro 4** | **C B-hallen** | **13** | **0** | **11.20** |
| **Färjestad 1** | **2 & 3 A-hallen** | **10** | **1 gluten, 1 laktos** | **12.20** |
| **Färjestad 2** | **2 & 3 A-hallen** | **10** | **0** | **11.20** |
| **Sundsvall 1** | **5 A-hallen** | **13** | **0** | **11.40** |
| **Sundsvall 2** | **5 A-hallen** | **13** | **0** | **11.20** |
| **Örebro 5 Tea 12** | **A B-hallen** | **13** |  | **13.10** |
| **ÅkersSträngnäs1** | **10 A-hallen** | **8** | **1 nötter** | **11.40** |
| **ÅkersSträngnäs2** | **10 A-hallen** | **8** | **1 nötter** | **11.40** |
| **Surahammar** | **9 A-hallen** | **12** |  | **11.40** |
| **Falun** | **1 A-hallen** | **13** | **1 sojaprotein & nötter** | **11.20** |
| **Kumla** | **B B-hallen** | **13** | **1 mjölkprotein, 1 veg** |  |