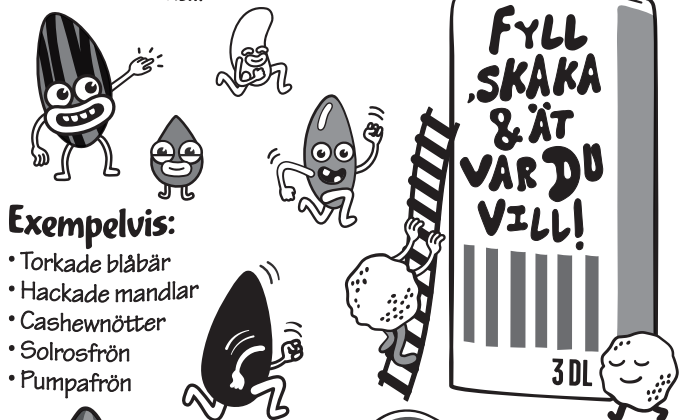


Ladda med ENERGI MARACAS

Mjök passar bra till mellanmål – på flera sätt!
När mjölken är slut, skölj och torka ur paketet
(välj ett litet mjölkpaket med skruvkork).
Fyll med en handfull nötter, frön och torkade
frukter. Perfekt som kladdfritt, gott och
mobilt mellanmål!



Exempelvis:

- Torkade blåbär
- Hackade mandlar
- Cashewnötter
- Solrosfrön
- Pumpafrön

Tips

Fler bra
mellanmål på
arla.se/mathalsa



Miss inte mellanmålet!

Ett bra mellanmål ger dig
energi och hjälper till att hålla
blodsockret på en jämn nivå.