

Matlunta Skogsrå 23

Livsmedelshygien

Förvara maten mörkt, svalt och utom räckhåll för måsar, rävar, grävlingar, flugor m.fl. Matsedeln är planerad bl.a. efter livsmedlens hållbarhet, därför är det olämpligt att byta middag mot lunch. Smörgåspålägg till frukost delas ut mellan kl. 06.15-07.50 på grund av hygienskäl.

Kontrollera ofta att även scouterna tillagar sin mat ordentligt och inte glömmer handtvätt, koktider etc.

Den i särklass största risken för exponering av oönskade bakterier är dåligt tvättade händer efter toalettbesök.

Planering och fördelning

Innan ni går för att hämta maten är det bra att kontrollera om något saknas i förråden. Vi äter olika mycket beroende på ålder, aktivitet, m.m. vilket ni naturligtvis måste beakta vid fördelningen av maten. Detta innebär inte att de hungrigaste ovillkorligen måste ha dubbelt så många hamburgare. Storätarna ökar sitt totala matintag under dagen genom att äta mer gröt, fler mackor, mer grönsaker osv. Innan ni styr kosan mot er lägeräng är det bra om ni kontrollerar så att ni fått med er det ni ska ha.

Grannsamverkan kring matsvinn!

Basvaror

Följande råvaror och saker för köket ingår i er baspackning som väntar på Intendenturen när ni kommer: , Svartpeppar, Salt, Havregryn, Knäckebröd, Olja, Mjölkfritt margarin, Kaffe, Bröd, Måltidsdryck.

Självklart får ni också specialkost till den som behöver – glutenfria produkter.

Måltidsdrycken som är tänkt att serveras till lunch och middag varje dag.

Specialkost

Som alternativ till vår matsedel erbjuder vi endast anpassning av menyn till följande alternativ: Vegetarisk kost, lakto-ovo-vegetarisk frukost, glutenfri kost. Hela matsedeln är fri från nötter och är laktosfri, Fläskfri.

Specialkost kommer att finnas vid en separat disk i intendenturen där ni hämtar ut den specialkosten som kommer behövas för just eran by. Där kan ni även fråga om ni har frågor om tillagning av specialkosten för dagens mat.

Matsvinn och returer

Matsvinnet måste vi alla hjälpas åt med. Ni har möjlighet att lämna tillbaka livsmedel och råvaror flera gånger om dagen. Tanken är att all mat som hämtas på intendenturen under dagen ska ätas upp under det dygnet. Gör ni det blir det inga matrester. Tar ni för mycket mat – räkna om och korrigera era portioner. Är det ingen i kåren som äter isbergssallad – stryk det från er lista. De generösa öppettiderna vi har innebär att ni kan hämta färska mejeriprodukter och pålägg två gånger om dagen. Vår tanke är att ni ska kunna klara er utan kylskåp eller kylklampar men det finns såklart möjlighet att frysa om kylklampar!

Slaskgropar

Ja, man får gräva slaskgrop inom sin by/kvarter. Tänk på att slaskgropen endast är till för vätskor och flytande avfall, alltså inte mat. Matavfall **skall** vara avrunnet innan man lägger i soppåsen. Samtliga grävda gropar **skall** återställas av kåren innan man åker hem. Se till att platta till och stampa jorden ordentligt.

Sophantering – källsortering / Avfallssortering

I varje by är det enklare sopsortering som gäller.

I samarbete med Södertörns Renhållning är det följande fraktioner som vi kan hantera.

Matavfall – restavfall (Obs! avrunnet matavfall)

Plast - restavfall

Papper - restavfall

Glas – restavfall

Träavfall – fritt från spik och skruv

Metall – rengjorda och ursköljda matförpackningar, också annan metall

Vi vill att en vuxen följer med och ser till att rätt sopor hamnar i rätt container.

Återvinningscentralen kommer att finnas nära parkering/infart. Alla kärl för de olika fraktionerna kommer att vara tydligt uppmärkta.

OBS!

Kårerna tar själva med kompostpåsar och vanliga soppåsar.

Öppettider Intendenturen—matutlämning 2 gånger om dagen

Kl. 06.15-07.50 Kan ni hämta ut dagens lunch och även hämta "färskt pålägg" till frukosten, ex ost eller skinka. Ni kan även fylla på era förråd med färskvaror till frukosten, såsom kaffemjolk och smör. Försök att hålla listan "kort" på morgonen då alla vill tillbaka till lägret och äta frukost innan program passen startar.

Kl. 14.00-16.30 Kan ni hämta ut middagen vid Intendenturen. Ni hämtar då också varor för kvällsfika . Minst en vuxen ska vara med vid matutlämningen. Tänk på att titta igenom era basförråd om ni behöver fylla på med något. Det finns en kom-ihåg lapp längst bak i receptluntan. Kaffemjolk och liknande kylvaror för frukost kan ni hämta på morgon utdelningen.

Återlämning. Alltid öppet

Vi ger er möjlighet att lämna tillbaka överblivna färskvaror som inte gått åt till middagen. Återlämningen kommer att vara vid intendenturtältet och tydligt uppmärkt.

Öppettider

06:15-07:50

Frukost och lunch

14:00-16:30

Middag och kvällsfika

Återlämning. Alltid öppet

Returnera överblivna färskvaror

Bemanning

Indentured är bara bemannad med plockare.

Kåren hämtar själva ut det som de ska ha enligt matsedel.

Alla färskvaror och specialkost kommer dock att finnas portionerade till respektive by.

Kontakt

Om ni behöver komma i kontakt med någon av oss som ansvarar för intendenturen så kan ni ringa på nummer: **073 708 83 72**

Så ska vi hjälpa er på bästa sätt, Vi kommer vara tillgängliga på telefon under följande tider:

06:15-07:50

09:00-12:00

13:30-17:00

Men det går alltid bra att skicka ett sms utanför tiderna.

Matsedel

Lördag

Middag: Pyttipanna

Söndag

Lunch: Kebab med ris & pitabröd

Middag: Kycklinggryta med couscous

Måndag

Lunch: BBQ-wrap

Middag: Chili sin carne med ris

Tisdag

Lunch: Kycklingspett med potatis & currydressing

Middag: Kycklingkorvstroganoff med ris

Onsdag

Lunch: Hamburgare

Middag: Kycklingköttbullar med makaroner

Torsdag

Lunch: Potatissallad med kyckling drumstick

Middag: Köttfärssås med spagetti

Fredag

Lunch: Pastasallad m kyckling

Middag: Viltskavsgryta

Lördag

Lunch: Tunnbrödrulle

Hämtas i funkmatsalen