

**2 FOR 1
PÅ LEGOLAND
BILLETTER**



OPSKRIFTER
OG TIPS TIL MERE
**BÆREDYGTIGE
MADPAKKER**

**GRATIS
E-BOG MED
LÆKRE TIPS TIL
MADPAKKEN**

SKOLE MÆLK 2025



**BESTIL
SKOLEMÆLK**

**1-2-3
SÅDAN
GØR DU**

**SKOLE
MÆLK
.DK**



SOM ABONNENT FÅR DU

SUNDE MADPAKKETIPS

Tilmeld dig vores nyhedsmails og få inspiration til lækre og sunde madpakker. Du kan også deltage i eksklusive konkurrencer om dejlige præmier til hele familien.

FLEKSIBEL ORDNING

DU KAN ALTID:

- Skifte til en anden mælk, hvis dit barn ønsker det.
- Sætte mælken på pause.
- Regne med, at mælken holder ferie sammen med dit barn.

SJOVE KLISTERMÆRKER

På skolemælken er der sjove klistermærker, fx med dyr eller bogstaver. Klistermærkerne er koblet til en undervisningsaktivitet og kan handle om fx kroppen, videnskab, sportsrekorder og dyr. Læreren kan bruge undervisningsmaterialet i undervisningen.

2 FOR 1
PÅ LEGOLAND
BILLETTER



ABC klistermærker



Kom med Skolemælk i LEGOLAND®

2for1 entrébillet
find kode og indlæs på skolemælk.dk

Byg familieminder i LEGOLAND®, hvor du kan mærke iskolde sus i polarrutsjebanen, sejle i kano langs brusende vandfald, og samle på stjernestunder med familien i mere end 45 andre sjove forlystelser.

Gyldig i sæsonen 2025.

Se flere betingelser på skolemælk.dk

NYHED 2025

Oplev Smilets by bygget af
LEGO® klodser i Miniland





NÆRING TIL KROPPEN

3 GODE GRUNDE TIL AT DRIKKE SKOLEMÆLK

DE OFFICIELLE KOSTRÅD

Mælk er en del af Fødevarerstyrelsens klimakostråd. Fødevarerstyrelsen anbefaler at vælge magre mejeriprodukter. Læs kostrådene på foedevarestyrelsen.dk

BIDRAGER TIL VÆKST

Mælk indeholder en række næringsstoffer som calcium, fosfor og protein, som bidrager til barnets normale vækst.

NOK AT DRIKKE

Børn har brug for ca 1-1½ l væske om dagen – en skolemælk på 250 ml hjælper godt på vej.



RUGBRØDSMADDER MED FRUGT OG GRØNTSAGER



Æblemad

1 stor skive æble
5 g friskost
citronsaft
1 skive rugbrød

Smør rugbrød med friskost og kom en stor skive æble uden kærnehus på. Kom lidt citronsaft på for at undgå at æblet bliver brunt.



Riv gulerod og æble. Drys med citronsaft. Smør en bolle med smør eller friskost og kom råkost på bollen.

Råkostbolle

1 stk. gulerod
1 stk. æble
1 spsk. citronsaft
1 stk. smurt bolle
(med smør eller friskost)

Ærtemand

60 g fine ærter
50 g smør
2 spsk. citronsaft
1 skive rugbrød

Blend ærter med smør og 1 spsk. citronsaft til en klat ærtesmør. Smør på rugbrød eller en grovbolle og pynt med ærter.

Kartoffelmad

1 skive rugbrød
6 skiver kogte kartofler
5 g friskost
1 drys ristede løg

Smør rugbrød med friskost eller smør. Kom kartoffelskiver på. Pynt evt. med en lille "dut" friskost og ristede løg.



NEMT AT FÅ SKOLEMÆLK

1

GÅ IND PÅ SKOLEMÆLK.DK

Opret en ny konto eller log ind, hvis du allerede er kunde.

2

VÆLG DIT BARN S YNDLINGSMÆLK

Udfyld skole og klassetrin.

3

GODKEND OG BETAL

Sådan! Nu er dit abonnement på skolemælk i gang og kører automatisk, så længe dit barn ønsker mælk. Nemmere bliver det ikke.

Skolemælk er en abonnementsordning, og betalingen trækkes fremover automatisk. Vælg mellem betaling månedligt, hvert kvartal eller hvert halve år.



SCAN QR-KODEN

og se de aktuelle priser på skolemælk.

FIND 10 FEJL





NB. Ikke alle de viste mælk fås på alle skoler.

45.000 børn får hver dag dejlig kold mælk til madpakken. Det gør spisepausen til noget særligt at få skolemælk sammen med klassekammeraterne i spisefrikvarteret. Skal dit barn også have skolemælk? Så bestil nemt og hurtigt på skolemælk.dk

DU KAN OGSÅ FÅ LAKTOSEFRI SKOLEMÆLK



MEJERIERNES
SKOLEMÆLKSORDNING
Agro Food Park 13
8200 Aarhus N
TLF. 87 31 21 40
skolemaelk@mejeri.dk



Scan koden og bestil nemt og hurtigt på skolemælk.dk

Følg Skolemælk på Facebook og Instagram og få gode tips til skoleliv, madpakker mm.

SKOLE MÆLK .DK