

PersonligaPoints-värde på julens mat

Kall tallrik

4 bitar, 40 g, sill i klart spad	4
3 bitar, 36 g, sill i såsigt spad	4
1 ägg	0/2
1 bit, 50 g, ål	6
1 skiva, 25 g, gravad lax	1
1 skiva, 25 g, kallrökt lax	0/1
1 bit, 50 g, varmrökt lax	0/2
1 msk gravlaxsås	3
2 msk rödbets sallad	3
2 msk sillsallad	1
1 skiva, 20 g, pressylta	2
1 msk leverpastej 25%	2
2 skivor, 12 g, rökt korv 36%	2
1 skiva, 40 g, julskinka	1
1 msk senap	1
1 skiva, 35 g, vörtbröd	3
1 tsk smör	2
1 skiva, 10 g, ost max 31%	2

Varm tallrik

1 bit, 40 g, revbensspjäll	4
50 g Jansons frestelse	2
1 st, potatis kokt	0/2
3 köttbullar max 15%	3
2 prinskorvar, 24%	4
1 dl brunkål	1
1 dl rödkål, konserv	4
1 port, 180 g lutfisk kokt	0/1
1 bit, 100 g, julkorv	11

Efterrätt

1 port risgrynsgröt	9
1 port ris à la malta	12
1 dl saftsås	8

Dryck

2 dl julmust	5
2 dl julmust light	0
2 dl julöl 3,5%	3
2 dl julöl 5,2%	4
1 dl lättglögg 2,2%	4
1 dl vinglögg 10%	6
1 dl starkvinsglögg 16%	9
1 msk russin	1
5 st sötmandlar	1
4 cl snaps	3

Fika

1 saffransbröd (lussebulle) 60 g	6
1 pepparkaka	1

Godisbordet

1 knäck	2
1 chokladpralin	3
5 hasselnötter	1
1 hel valnöt	1
1 fikon	2
1 dadel	1