

UDSKÆRINGS- OG FORDELINGSANVISNING

UDSKÆRING:

- Æblerne skylles og deles i 8 med æbledeler.
- Pærerne skylles og deles i 8 med æbledeler.
- Melonerne skylles og deles i 2. Herefter deles hver halvdel i 8 både, som deles i 3 stykker -i alt 48 stykker.
- Bananerne skylles og deles i 4 stykker.
- Agurkerne skylles og deles i 4 stykker. Hvert stykke deles i 4 stave, i alt 16 stykker.
- Gulerødderne skrælles og deles i 4 stave. Herefter deles de på midten, i alt 8 dele.
- Druerne skylles og fordeles med 3-5 stk i hvert bæger.

HUSK: At vende æbler, pærer og bananer i citronsaft.

FORDELING I PLASTBÆGRE:

BÆGER A

- 6 pærebåde
- 2 stykker banan
- 2 agurkestave
- 3-5 druer



BÆGER B

- 6 æblebåde
- 5 gulerodsstave
- 6 stykker melon
- 3-5 druer



**STÆVNE
SNACKS**



DANMARKS IDRÆTS-FORBUND
Olympisk komite

