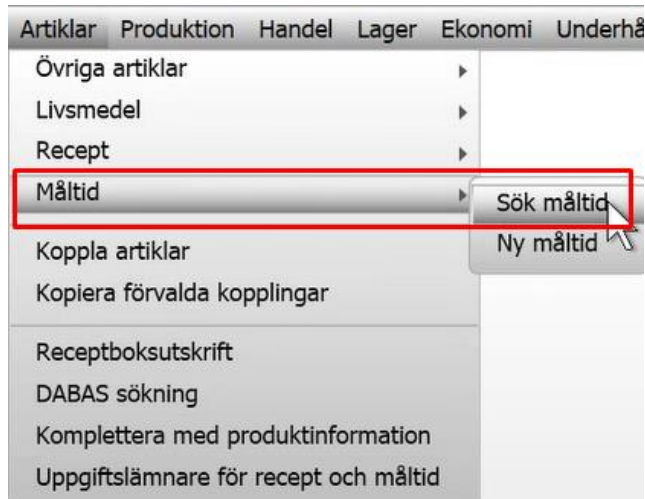
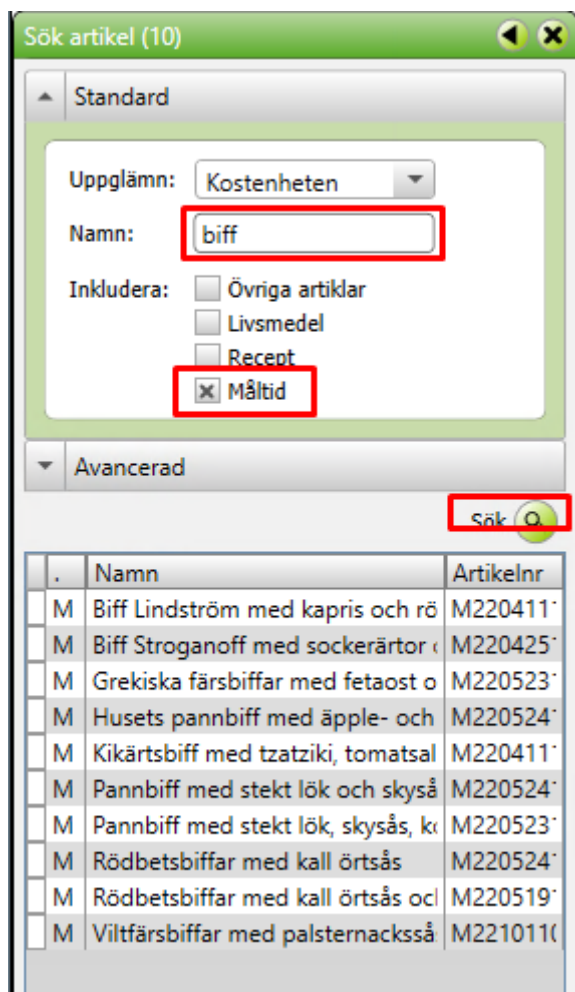


# MÅLTIDER

## Sök måltid



Under rubriken Artiklar söker man efter livsmedel, recept och måltider.



Man kan söka antingen genom att skriva ett sökord ex Biff eller så söker man på allt som finns i databasen genom att lämna sökrutan tom innan man klickar Sök.

Bokstaven M framför måltidens namn visar att det är en Måltid.

Under Avancerad kan man söka på Grupp ex kött, fisk etc. Man kan också söka upp sådant man tidigare raderat.

## Basdata

**Artikelnummer:** När man gör en ny måltid sparas det automatiskt med ett M framför artikelnumret (År, mån, dag, timmar, sekunder)

**Måltidsgrupp:** Här kan man se/välja måltidsgrupp ex köttrett, fiskrett etc

**Måttmodell:** Packad volymvara eller styckvikt

**Förp:** Port.

**Styckvikt:** Måltidens totala vikt

The screenshot shows a software window titled "Måltid (28)". The interface includes the following elements:

- Uppglämn:** A dropdown menu with "Therése köket" selected.
- Namn:** A text input field containing "Broccolipaj med tomat, kall yoghurtsås och smörslungade haricots verts".
- Pres.namn:** A text input field containing "Broccolipaj med tomat, kall yoghurtsås och smörslungade haricots verts".
- Basdata** tab is active, with other tabs including "Ingredienser / Tillagning", "Näringsvärde", "Specialkost", "Inköp", and "Bild".
- Artikelnr:** A text input field containing "M220523123538".
- Måltidsgrupp:** A dropdown menu with "Ovo-laktovegetar" selected and a "+" button.
- GTIN:** An empty text input field.
- Mängdenhet** section (highlighted with a red box):
  - Måttmodell:** A dropdown menu with "Styckvara" selected.
  - Förp:** A text input field containing "Port."
  - Styckvikt:** A text input field containing "319" followed by "g". To the right is a "Ny portionsvikt" button with a green circle.
- Ätlig andel:** A text input field containing "100" followed by "%".
- Bottom toolbar:** Contains icons for "Hjälp", "Historik", "CO2-Ekv", "Sök förekomst", "Utskrift...", "Kopiera", "Ny", "Ta bort", "Spara", and "Stäng".

## Ingredienser/tillagning

**Antal portioner och styckevikt** Här ser man antalet portioner av måltiden som anges och hur mycket det väger.

Bokstaven R framför receptnamnet visar att det är ett recept och man ser här vilka recept som ingår i måltiden.

Mängden av receptet som ska vara i måltiden kan anges i olika enheter ex stycke/gram. Om man väljer styck innebär det att en full portion av receptet ska ingå i måltiden.

**På fliken Instruktioner** anges tillagning och uppvärmningsanvisning av måltiden i respektive ruta.

Uppglämn: Therése köket

Namn: Broccolipaj med tomat, kall yoghurtsås och smörslungade haricots verts

Pres.namn: Broccolipaj med tomat, kall yoghurtsås och smörslungade haricots verts

Basdata Ingredienser / Tillagning Näringsvärde Specialkost Inköp Bild

Antal port: 1 Styckevikt: 319 g

	Namn	Mängd	Enhet	Etikettnr
R	Broccolipaj med purjo och tomat	1,00	st	1
R	Yoghurtsås med äpple och purjo	1,00	st	1
R	Smörslungade Haricots verts SÄBO	1,00	st	1

Tillagning: °C

Uppvärmningsanvisning: °C

Instruktioner

Innehåll

Ta bort ingrediens Sök Flytta upp Flytta ner

Hjälp Historik CO2-Ekv Sök förekomst Utskrift... Kopiera Ny

Ta bort Spara Stäng

På fliken **Innehåll** anges ingredienserna i måltiden.

**Kryssrutan Automatiskt innehåll:** Kryssar man i rutan hämtas informationen automatiskt från receptets ingredienser. Om man vill kunna skriva egen text eller redigera i texten så kryssar man ur rutan.

OBS! När man kryssar i rutan igen kommer den redigerade texten att försvinna och ersättas av den automatiska texten.

Uppglämn: Therése köket

Namn: Broccolipaj med tomat, kall yoghurtsås och smörslungade haricots verts

Pres.namn: Broccolipaj med tomat, kall yoghurtsås och smörslungade haricots verts

Basdata | **Ingreienser / Tillagning** | Näringsvärde | Specialkost | Inköp | Bild

Antal port: 1 | Styckvikt: 319 g

.	Namn	Mängd	Enhet	Etikettnr
R	Broccolipaj med purjo och tomat	1,00	st	1
R	Yoghurtsås med äpple och purjo	1,00	st	1
R	Smörslungade Haricots verts SÄBO	1,00	st	1

Innehållsbenämning: Broccolipaj med tomat

Automatiskt innehåll

Broccolipaj med purjo och tomat(Pajdeg grundrecept(VETEmjöl(VETEMJÖL\*, mjölbehandlingsmedel (askorbinsyra).), Margarin), Broccolibuketter, MJÖLK, ÄGG, Tomat, Purjolök, Riven ost, Salt m jod, Timjan, Basilika), Yoghurtsås med äpple och purjo(MatlagingsYOGHURT, Äpple, Purjolök, Farinsocker , Basilika, Salt m jod, Vitpeppar), Smörslungade Haricots verts (Haricots verts, Margarin flytande)

Ta bort ingrediens | Sök | Flytta upp | Flytta ner

Hjälp | Historik | CO2-Ekv | Sök förekomst | Utskrift... | Kopiera | Ny | Ta bort | Spara | Stäng

## Näringsvärde

**Fliken näringsvärde:** I tabellen till höger ser man måltidens totala näringsvärde i siffror. Man kan välja att se värdet per portion eller per 100 g.

I den röda markeringen till vänster syns varje enskilt recepts näringsvärde.

**Norm:** Här kan man välja önskad norm att jämföra sin måltid med ex ESS/A-kost 9 MJ

**Fliken Energi% cirkeldiagram:** Här ser man måltidens energi procent jämfört med vald norm.

Uppglämn: Therése köket  
Namn: Broccolipaj med tomat, kall yoghurtsås och smörslungade haricots verts  
Pres.namn: Broccolipaj med tomat, kall yoghurtsås och smörslungade haricots verts

Basdata | Ingredienser / Tillagning | **Näringsvärde** | Specialkost | Inköp | Bild

Antal port: 1

	Namn	Mängd	Enhet	*	Energi kJ	Energi kcal	Protein g	Fett g
R	Broccolipaj med purjo och tomat	1,00	st		1724	412	11,2	26,8
R	Yoghurtsås med äpple och purjo	1,00	st		226	54	1,6	3,7
R	Smörslungade Haricots verts SÄBO	1,00	st		130	31	1,1	1,7

Näringsvärde per: port.  
Norm:

Näringsämne	Mängd	Enhet	Norm	Norm %
Energi	2081,68	kJ		
Energi (kcal)	497,53	kcal		
Protein	13,95	g		
Fett	32,32	g		
Kolhydrater	35,90	g		
Kostfibrer	4,86	g		
Salt	1,22	g		
Monosackarid	2,66	g		
Disackarid	4,96	g		
Sackaros	1,25	g		
Laktos		g		
Mättat fett	13,88	g		
Enkelomättat fett	11,04	g		
Fleromättat fett	5,92	g		

Hjälp ? Historik CO2-Ekv Sök förekomst Utskrift... Kopiera Ny Ta bort Spara Stäng

Uppglämn: Therése köket  
Namn: Broccolipaj med tomat, kall yoghurtsås och smörslungade haricots verts  
Pres.namn: Broccolipaj med tomat, kall yoghurtsås och smörslungade haricots verts

Basdata | Ingredienser / Tillagning | **Näringsvärde** | Specialkost | Inköp | Bild

Antal port: 1

	Namn	Mängd	Enhet	*	Energi kJ	E k
R	Broccolipaj med purjo och tomat	1,00	st		1724	
R	Yoghurtsås med äpple och purjo	1,00	st		226	
R	Smörslungade Haricots verts SÄBO	1,00	st		130	

Norm: NNR / NNR-kost

Utfall: Norm:

- Protein (11%) Fett (58%) Kolhydrater (28%) Kostfibrer (2%)
- Protein (15%) Fett (33%) Kolhydrater (48%) Kostfibrer (2%)

Näringsvärde Energi% cirkeldiagram

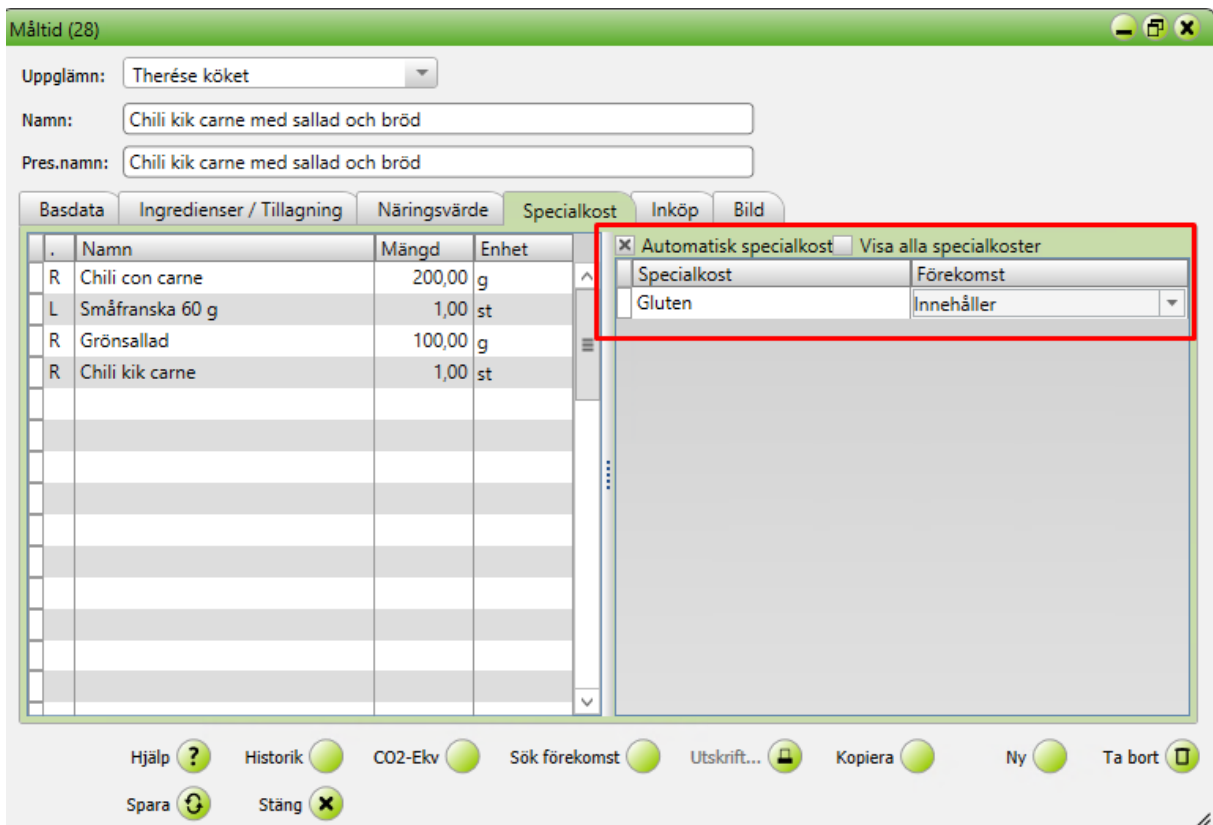
Hjälp ? Historik CO2-Ekv Sök förekomst Utskrift... Kopiera Ny Ta bort Spara Stäng

## Specialkost

Här visas måltidens allergener.

Kryssrutan Automatisk specialkost: Om man kryssar i rutan hämtas allergenerna automatisk från recepten.

Viktigt att tänka på: informationen om allergener i recepten behöver vara kontrollerade och redigerade för att säkerställa att informationen på måltiden ska bli korrekt när man kryssar i den här rutan.



Måltid (28)

Uppglämn: Therése köket

Namn: Chili kik carne med sallad och bröd

Pres.namn: Chili kik carne med sallad och bröd

Basdata | Ingredienser / Tillagning | Näringsvärde | **Specialkost** | Inköp | Bild

.	Namn	Mängd	Enhet
R	Chili con carne	200,00	g
L	Småfranska 60 g	1,00	st
R	Grönsallad	100,00	g
R	Chili kik carne	1,00	st

Automatisk specialkost  Visa alla specialkoster

Specialkost	Förekomst
Gluten	Innehåller

Hjälp ? Historik Historik CO2-Ekv CO2-Ekv Sök förekomst Sök förekomst Utskrift... Utskrift... Kopiera Kopiera Ny Ny Ta bort Ta bort Spara Spara Stäng Stäng

## Inköp

**Beräkna:** Ange antalet portioner du vill beräkna pris för och klicka på knappen beräkna.

Här kan du se totalt pris, pris per portion och pris per kilo.

Här kan du se om alla livsmedel är kopplade till en artikel hos leverantören. Om någon artikel är okopplad eller kopplad till felaktig artikel så kan dessa kopplas genom att klicka på *Koppla artikel* nere till höger.

Måttid (28)

Uppglämn: Therése köket

Namn: Chili kik carne med sallad och bröd

Pres.namn: Chili kik carne med sallad och bröd

Basdata | Ingredienser / Tillagning | Näringsvärde | Specialkost | **Inköp** | Bild

Eko (pris): 41,62 %      Totalt pris: 1670,57      Påslag(%):   
Eko (vikt): 35,49 %      Pris per portion: 16,71  
Summa per kilo: 29,06      Visa Info

Nytt antal portioner:       Beräkna

Namn	Mängd	Enhet	Belopp	Leverantör	Namn	Artikelnr	Mängd	Enhet	
Nötfärs grovmalen	5,11	kg	485,04	Menigo	Nötfärs 10% grovm KRAV 4x 2,5 kg	794855	0,5109	st	^
Småfranska 60 g	6,00	kg	268,30	SERVERA	SMÅFRANSKA 70G UNI	544478	0,9524	st	≡
Blandsallad	2,33	kg	231,63	Menigo	Dallassallad hink 2,5 kg	707602D	0,9302	st	
Gul lök hackad fryst	8,00	kg	112,06	Menigo	Lök tärnad 6x6mm 2x2,5 kg	404306	1,6000	st	
Garbanzoböner/kikärter torkade	1,38	kg	82,06	SERVERA	KIKÄRTER KRAV 2,5KG KNM	572982	0,2763	st	
Tomater krossade	14,31	kg	71,33	Menigo	Tomater krossad BIB EKO 10 kg	101761	0,6812	st	
Paprika grön strimlad fryst	4,00	kg	52,02	SERVERA	PAPRIKA GRÖN STRI 2,5KG M/S	635052	0,8000	st	
Kryddnejlikor hela	39,47	g	48,34	SERVERA	NEJLIKA HEL 300G KOC	872937	0,1316	st	v

Inköpskoppling       Koppla artiklar

Hjälp       Historik       CO2-Ekv       Sök förekomst       Utskrift...       Kopiera       Ny       Ta bort

Spara       Stäng

## Bild

För att kunna använda bilder på måltiderna, måste man hämta och spara bilden i Matilda. Alla bilder sparas i ett bildbibliotek.

**Symboler:** De olika kryssrutorna är kopplade till en symbol som syns i menyn vid utskrift och publicering.

