

Bodybuilding.dk's Tilbudsguide uge 42



Det er dyrt at leve som BB'er, men BB.dk vil give jer brugere lidt hjælp. I denne PDF vil du finde uges gode tilbud i de forskellige butikker i landet.

- Prisen i parentes er kilo- eller literpris.
- Tilbud som jeg har bedømt som værende ekstra gode, er markeret med **rød**.
- Økovarer, hvis der er nogen, er markeret med **orange**
- Eventuelle tilbud med bestemt tidsgrænse (fx søndagstilbud) er markeret med **blå**



Kød, fisk og æg:

Minna frisk fisk, f.eks. laks eller torsk, 450-500 g - 39,95 (94)

Skinkesteaks eller -tern - 25 kr per ½ kg

Kornprodukter:

2x1 kg Kornkammeret økologisk rug- eller havregryn - 29,95 (14,96)

4 poser firenze pasta, alm eller fuldkorn - 25 kr

Frugt og grønt:

Ananas - 8 kr *kun søndag 14/10*

3 peberfrugter i pose - 10 kr

2 poser luksusgrønt bær eller grøntsager - 25 kr

Andet:

3 stk mathilde kakaomælk á 1 liter - 22 kr



Kød, fisk og æg:

3200 g oliver fersk kyllinge filet eller inderfilet - 1099 kr (62,19)

400 g rejer i lage - 40 kr (100)

Kornprodukter:

Risikager, alm eller med fibre - 5 kr

Frugt og grønt:

7 alm bananer eller 4 øko bananer i pose - 7 kr *gælder hver mandag*

Agurk - 3 kr

1 kg grønne druer - 12 kr

100 g ruccola eller babymix salat - 10 kr

750 g rodfrugter, f.eks rødbede eller jordskok - 14 kr

Andet:

3x1 liter A38, flere varianter - 29,95



Kød, fisk og æg:

750 g hakket svinekød 9-15% - 3 pakker for 89 kr (39,56)

400 g øko hakket oksekød 5-9% - 35 kr (87,50)

Frugt og grønt:

1 kg Exquisa kartofler - 8 kr

1 kg øko gulerødder - 7 kr



Kød, fisk og æg:

700 g hakket svinekød 3-7% - 39 kr (55,71)

2 kg ferske kyllingelår - 59 kr (29,50)

Frugt og grønt:

1 kg clementiner - 10 kr

2 kg minirisk øko kartofler - 16 kr

250 g brune champigning - 10 kr

Squash - 5 kr

1,5 kg bagekartofler - 10 kr

Sund Fornuft frostgrønt, mange varianter - 8 kr

Andet:

Mathilde kakaomælk, 1 liter - 6 kr

REMA 1000

Meget mere discount!

Kød, fisk og æg:

Finthakket fiskefars, flere varianter, 400 g - 20 kr (50)

750 g hel fersk lakseside - 79 kr (105,33)

400 g hakket dyrekød eller hakket vildsvinekød - 25 kr (bare fordi det er lidt anderledes) *kun torsdag, fredag og lørdag uge 42

Frugt og grønt:

1 kg øko gulerødder - 8 kr

Bananer - 1 kr *kun torsdag, fredag og lørdag uge 42

Andet:

275 g øko skyr - 10 kr (36,35)

Kvickly

Kød, fisk og æg:

30 stk buræg - 30 kr

900 g laksefilet eller hel lakseside - 99,95 (111,06)

Kornprodukter:

Spar 25% på Kornkammerets kolonialvarer

Frugt og grønt:

4 avocado - 20 kr

Diverse salat, 75 g, f.eks. Ruccola - 10 kr

3 peberfrugter - 15 kr

1 kg klementiner - 14 kr

Andet:

Mathilde kakaomælk, 1 liter - 6 kr

2 stk Lærkevang mælk - 12 kr

A38, flere varianter - 11 kr



I denne uge præsenterer Lidl vitterligt den tyndeste tilbudsavis jeg længe har set. På kødsiden er der intet interessant. Det eneste bare lidt relevante tilbud er kyllinge inderfilet, men til en kg pris på ca 68 kr, hvilket ikke er noget værd at skrive hjem om (da det sandsynligvis også er med lage).

Så er der kronryrvildt bøffer til 250 kr per kg - næppe noget man sparer penge på. Resten er kage og non-food varer.

Det seneste der tilnærmelsesvis kan bruges, er:

Frugt og grønt:

Danske hvidkål - 5 kr

Lidl får ikke besøg af mig den kommende uge 😊



Frugt og grønt:

7 bananer i pose - 7 kr *kun tirsdag uge 42*

1 kg øko gulerødder 7 kr

300 g østershatte - 20 kr *kun torsdag-lørdag uge 42*

5 kg kartofler - 15 kr

Andet:

3x1 liter Harmonie øko mælk - 20 kr *gælder hver mandag*

Mathilde kakaomælk, 1 liter - 5,95

Super
Brugsen

Kød, fisk og æg:

4-500 g hakket fiskefars - 30 kr (max 75)

Frugt og grønt:

10 stk blandet frugt - 15 kr

1 kg gulerødder - 12 kr

6 øko bananer - 14 kr

Andet:

Mathilde kakaomælk, 1 liter - 6 kr

1000 ml Santaga ekstra jomfru olivenolie - 32 kr

1 liter Mathilde kakao - 6 kr

KIWI mini
pris

I Kiwi minipris kan man få et øko kort, der giver rabat på bestemte økovarer, hvorved man sparer momsen - Kortet hedder "KØRT". Priser kan være angivet for både med og uden medlemskab af KØRT

Kød, fisk og æg:

800 g hakket svinekød 3-7% - 39 kr (48,75)

1500 g ferske kyllingelår - 45 kr (30)

Fersk kalkunbryst - 24,95 per ½ kg

30 buræg - 29 kr

Frugt og grønt:

3 stk peberfrugt i pose - 8 kr

500 g cherrytomater på stilk - 10 kr

Andet:

1 liter Harmonie øko mælk - 5,40 med KØRT / 6 kr uden KØRT

Huskeliste

