

Bodybuilding.dk's tilbudsguide uge 49



Det er dyrt at leve som en BB'er. Derfor vil vi hver uge give jer et overblik over dagligvarebutikkernes tilbud.

I tilbudsguiden finder du et bredt udvalg af varer, men med et fokus på økologi og kvalitet. Er der ekstra gode tilbud på varer af mindre god kvalitet, kan disse dog komme i betragtning alligevel.

Derfor finder du typisk ikke hakket oksekød med +22% fedt eller kyllingefileter tilsat luge, men det vil dog forekomme.

Derudover fokuserer vi også på typiske "BB-fødevarer" som kakaomælk og lignende.

Falder I over nogle gode tilbud, vi har overset, er I velkomne til at skrive det i tråden og dele det med os andre.

Signaturforklaring:

- Prisen i parentes er kilo- eller literpris
- Ekstra gode tilbud er markeret med **rød**.
- Økologiske varer er markeret med **orange**
- Tidsbegrænsede tilbud er markeret med **blå**



Gyldig: 30/11-06/12

Kød, fisk og æg:

Hakket oksekød, 3000 gram, 6-10% - 129 kroner (43) *Gælder hele december*

800 g hakket kyllingekød, 7-10% - 30 kr (37,50) *gælder hele november*

Andet:

Mandler, 500 gram - 39 kroner (78)



Gyldig: 30/11-06/12

Kød, fisk og æg:

Hakket oksekød, 3000 gram, 6-10% - 129 kroner (43) *Gælder hele december*

800 g hakket kyllingekød, 7-10% - 30 kr (37,50) *gælder hele november*

Røget laks, 350 gram - 35 kroner (100) *Gælder kun den 01/12*

Oliver kyllingefilet eller -inderfilet, 4200 gram - 249 kroner (59,29)

Frugt og grønt:

Bananer, 7 styk eller 4 styk øko - 7 kroner *Gælder kun mandag*

Gulerødder, 5000 gram - 18 kroner (3,60) *Gælder hele november*

Clementiner, 1000 gram - 9 kroner (9)

Luxusgrønt, 5 x 250-1000 gram - 50 kroner (max 40)



Gyldig: 30/11-06/12

Kød, fisk og æg:

800 g hakket kyllingekød, 7-10% - 30 kr (37,50) *gælder hele november*

Hakket oksekød, 3000 gram, 6-10% - 129 kroner (43) *Gælder hele december*

Hakket kalve- og svinekød, 400 gram, 6-10% - 15 kroner (37,50)

Rejer, 500 gram - 40 kroner (80)

Frugt & grønt:

Økologiske gulerødder, 1000 gram - 6 kroner (6)



Gyldig: 28/11-04/12

Kød, fisk og æg:

Hakket oksekød, 500 gram, 8-12% - 22 kroner (44)

Frugt og grønt:

Økologiske gulerødder, 1000 gram - 5 kroner (5)

Avocado, tre styk - 12 kroner



Gyldig: 01/12-07/12

Kød, fisk og æg:

Makrelfilet, 125 gram - 5 kroner (40)

Hakket oksekød, 500 gram, 10-14% - 20 kroner (40) **Gælder kun den 5/12**



Gyldig: 24/11-30/11

Kornprodukter:

COOP rugbrød eller Herkules, 1000 gram - 12 kroner (12)



Gyldig: 24/11-30/11

Kød, fisk og æg:

Rejer, dybfrost, 400 gram - 39 kroner (97)

Hakket svine- og kalvekød, 500 gram, 8-12% - 20 kroner (40)

Fersk fasen, minimum 450 gram - 25 kroner (55.55)



Gyldig: 01/12-07/12

Kød, fisk og æg:

Svinemørbrad, per 500 gram - 29 kroner (58)



Gyldig: 01/12-07/12

Kød, fisk og æg:

Hakket svinekød, 1000 gram, 8-14% - 39,95 kroner (39,95)

Kornprodukter:

Skovmandsrugbrød, 1000 gram - 10 kroner (10)



Gyldig: 30/11-06/12

Kød, fisk og æg:

Rejer, 900 gram - 69 kroner (67,77)

Hakket oksekød, 1000 gram, 8-12% - 45 kroner (45)

Engelsk bøf af tyksteg, 125 gram - 12 kroner (96) *Gælder den 30/11 + 01/12*

Frugt og grønt:

Appelsiner, 2000 gram - 12 kroner (6)



Gyldig fra 30/11

Kød, fisk og æg:

Laks, 150 gram - 19,95 kroner (99,75)

Medister, 500 gram - 18,50 kroner (37)

Frugt og grønt:

Peberfrugtmix, 500 gram - 8,95 kroner (17,90)

Huskeliste

