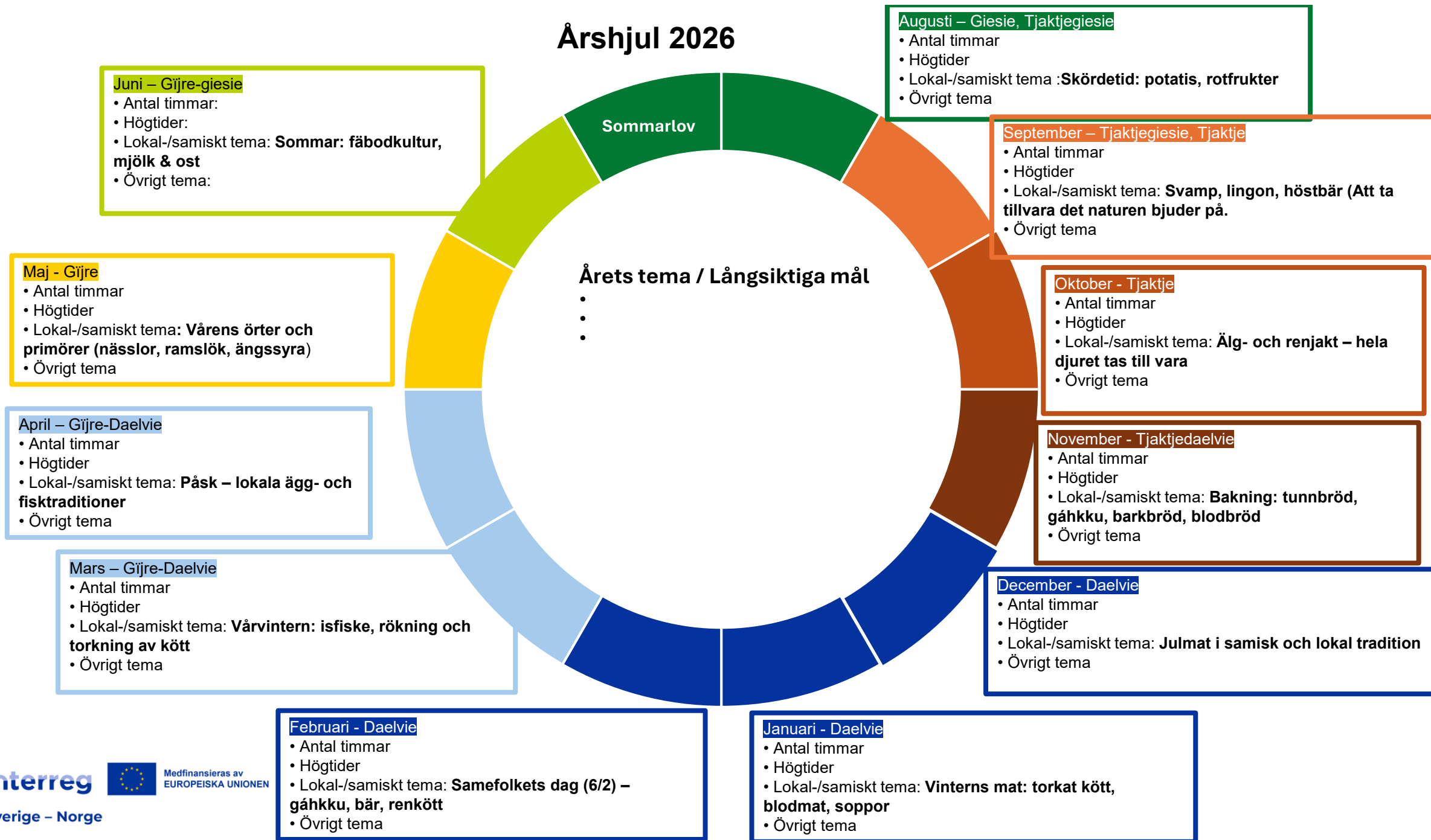
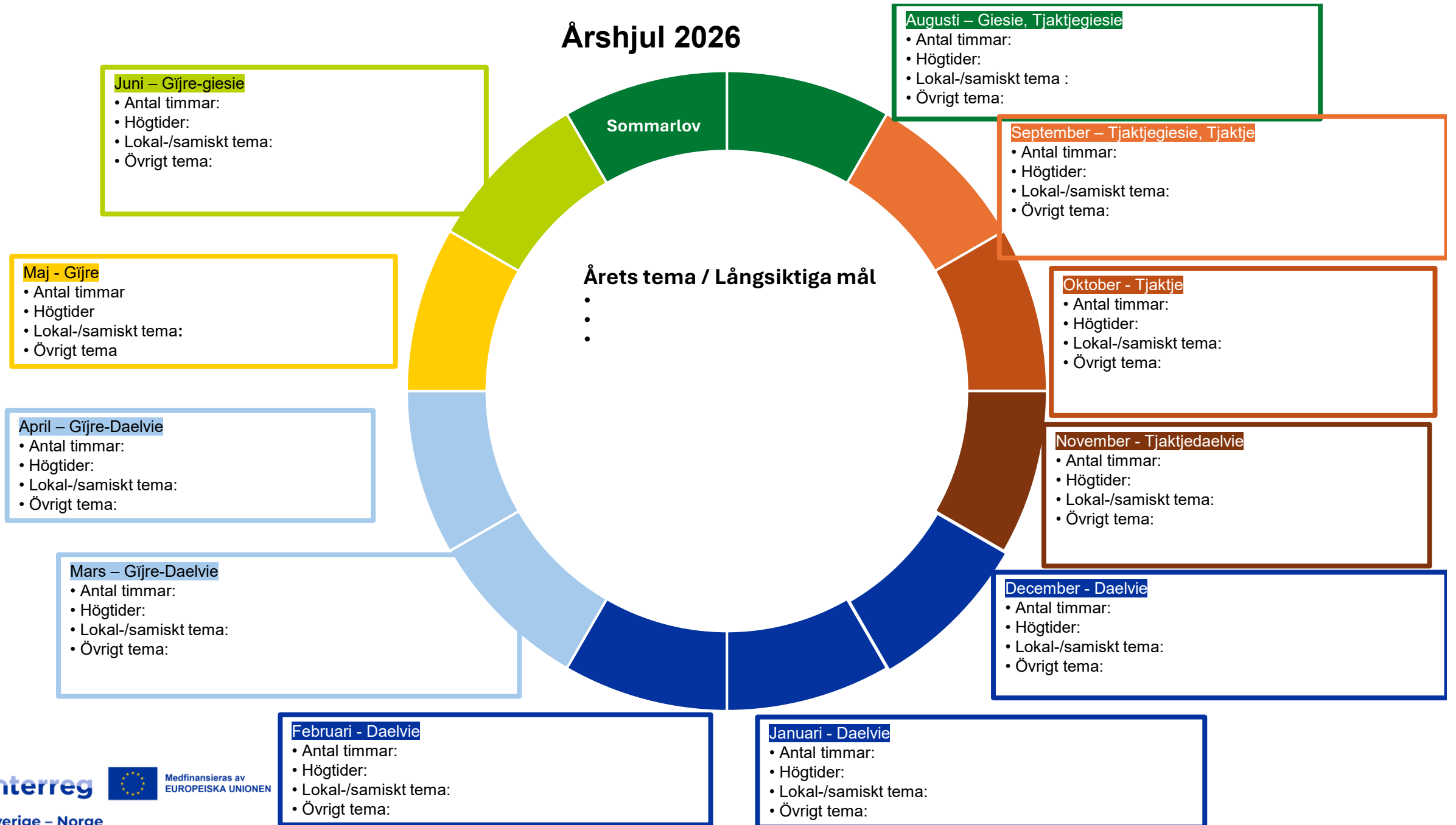


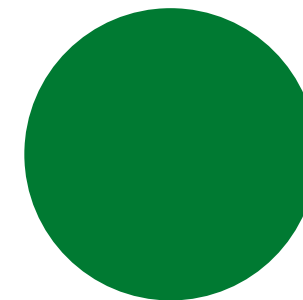
Årshjul 2026



Årshjul 2026

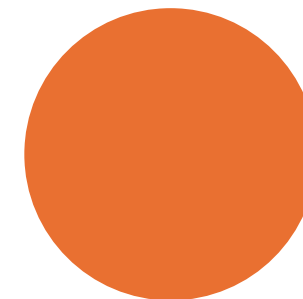


Augusti – Giesie, Tjaktjegiesie



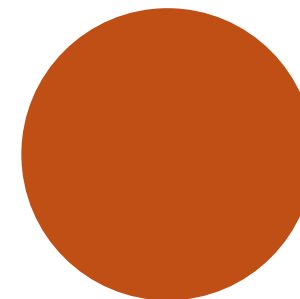
Ramar	Innehåll
Antal timmar totalt	...
Lokal-/samiskt tema	Skördetid: potatis, rotfrukter
Centralt innehåll kopplat till Lgr22	Säsong ekonomi och planering
Lektionsupplägg	Laga blodpalt eller köttsocka med renkött; reflektera kring näring i vinterkost
Koppling till kunskapskraven	Eleven kan planera och tillaga enkla måltider samt resonera om hälsa och hållbarhet
Samverkan med skolkök	Info om lokalpotatis i köket
Reflektion/anteckningar	...

September - Tjaktjegiesie



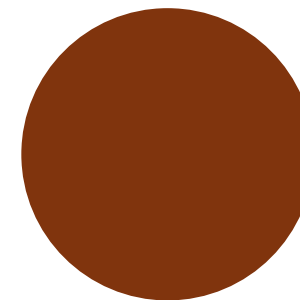
Ramar	Innehåll
Antal timmar totalt	...
Lokal-/samiskt tema	Svamp, lingon och höstbär
Centralt innehåll kopplat till Lgr22	Säsong & ekologi; Matförvaring
Lektionsupplägg	Att ta tillvara på det naturen bjuder på – Exempel från Odensala skolan
Koppling till kunskapskraven	Eleven kan resonera kring ekologiska aspekter och hållbar konsumtion
Samverkan med skolkök	Servera elevernas sylt, visa recept eller annat i skolköket
Antal timmar totalt	...

Oktober - Tjaktje



Ramar	Innehåll
Antal timmar totalt	...
Lokal-/samiskt tema	Älg- och renjakt – hela djuret tas till vara
Centralt innehåll kopplat till Lgr22	Hållbar livsmedelsanvändning; Etik & djurhållning
Lektionsupplägg	Praktisk lektion: tillvarata delar av kött; reflektion om djuretik
Koppling till kunskapskraven	Eleven kan analysera livsmedelsval och koppla till etik, miljö och kultur
Samverkan med skolkök	
Reflektion/anteckningar	...

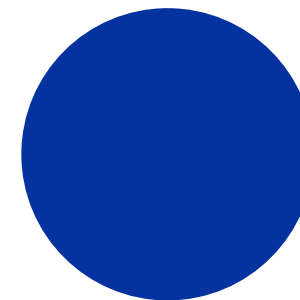
November - Tjaktjedaelvie



Ramar	Innehåll
Antal timmar totalt	...
Lokal-/samiskt tema	Bakning: tunnbröd, gáhkku, barkbröd, blodbröd
Centralt innehåll kopplat till Lgr22	Traditioner & kultur; Matlagningstekniker; Samarbete
Lektionsupplägg	Eleverna bakar olika lokala och samiska bröd, jämför smak, näring och tradition
Koppling till kunskapskraven	Eleven kan planera och tillaga måltider i samarbete och resonera om kulturella variationer
Samverkan med skolkök	
Reflektion/anteckningar	...

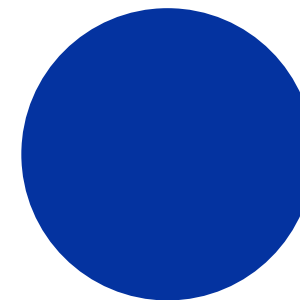
•På [SMAK63.com](https://smak63.com) finns inspiration och [recept](#).

December - Daelvie



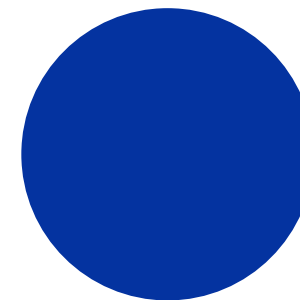
Ramar	Innehåll
Antal timmar totalt	...
Lokal-/samiskt tema	Julmat i samisk och lokal tradition
Centralt innehåll kopplat till Lgr22	Högtider & matkultur; Planering och samarbete
Lektionsupplägg	Tillaga julrätter med lokala råvaror; grupparbete kring måltidstraditioner
Koppling till kunskapskraven	Eleven kan planera och tillaga måltider i samarbete med andra samt reflektera över kultur och hållbarhet
Samverkan med skolkök	
Reflektion/anteckningar	...

Januari - Daelvie



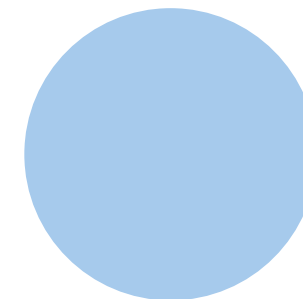
Ramar	Innehåll
Antal timmar totalt	...
Lokal-/samiskt tema	Vinterns mat: torkat kött, blodmat, soppor
Centralt innehåll kopplat till Lgr22	Planera & tillaga måltider för olika behov; Hygien & säkerhet
Lektionsupplägg	Laga blodpalt eller kötsoppa med renkött; reflektera kring näring i vinterkost
Koppling till kunskapskraven	Eleven kan planera och tillaga enkla måltider samt resonera om hälsa och hållbarhet
Samverkan med skolkök	
Reflektion/anteckningar	...

Februari - Daelvie



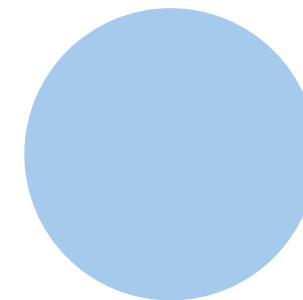
Ramar	Innehåll
Antal timmar totalt	...
Lokal-/samiskt tema	Samernas nationaldag (6/2) – gáhkku, bär, renkött
Centralt innehåll kopplat till Lgr22	Matkultur i Sverige & världen; Traditioner & högtider
Lektionsupplägg	Temadag med samisk mattradition, jämförelser med andra minoriteters matkultur
Koppling till kunskapskraven	Eleven kan resonera om kulturella variationer i mattraditioner.
Samverkan med skolkök	
Reflektion/anteckningar	...

Mars – Daelvie , Gjöre-Daelvie



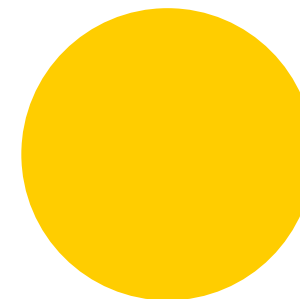
Ramar	Innehåll
Antal timmar totalt	...
Lokal-/samiskt tema	Vårvintern: isfiske, rökning och torkning av kött
Centralt innehåll kopplat till Lgr22	Hållbar livsmedelsanvändning; Matlagningstekniker
Lektionsupplägg	Prova att göra torkat/rökt kött, jämför konserveringsmetoder förr och nu
Koppling till kunskapskraven	Eleven kan reflektera kring hur livsmedel bevaras och hur det påverkar hälsa och miljö
Samverkan med skolkök	Servera smakprover i köket
Reflektion/anteckningar	...

April – Gjöre-Daelvie



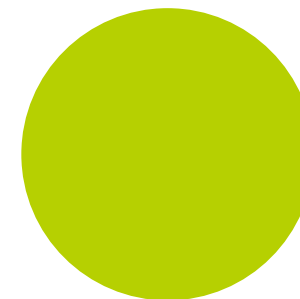
Ramar	Innehåll
Antal timmar totalt	...
Lokal-/samiskt tema	Påsk – lokala ägg- och fisktraditioner
Centralt innehåll kopplat till Lgr22	Måltider i olika kulturer; Näringslära
Lektionsupplägg	Laga påskinspirerad måltid med fisk/ägg; diskussion om proteiner
Koppling till kunskapskraven	Eleven kan använda recept och motivera sina livsmedelsval utifrån hälsa och hållbar utveckling
Samverkan med skolkök	
Reflektion/anteckningar	Finns om fisk under sommar/giesie på smak63

Maj - Gjöre



Ramar	Innehåll
Antal timmar totalt	...
Lokal-/samiskt tema	Vårens örter och primörer (nässlör, ramslök, ängssyra)
Centralt innehåll kopplat till Lgr22	Säsong & hållbarhet; Smaker och sensorik
Lektionsupplägg	Nässelsoppa, ramslökspesto; smakprovning av vårens gröna
Koppling till kunskapskraven	Eleven kan planera och tillaga måltider med fokus på hållbar utveckling
Samverkan med skolkök	
Reflektion/anteckningar	Finns mycket om vilda växter under sommar SMAK63

Juni – Gjöre, Gjöre-giesie



Ramar	Innehåll
Antal timmar totalt	...
Lokal-/samiskt tema	Sommar: fäbodkultur, mjölk & ost
Centralt innehåll kopplat till Lgr22	Livsmedelsproduktion förr & nu; Lokala råvaror
Lektionsupplägg	Prova messmör, jämför mjölkförädling förr/nu, enkel osttillverkning
Koppling till kunskapskraven	Eleven kan resonera om livsmedels ursprung och förädling
Samverkan med skolkök	
Reflektion/anteckningar	...

Övrigt

Innehåll	Anteckningar
Budget	
Samverkan med skolkök	
Tema dagar	
Fortbildningsdagar	