

### Vika 3

	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
<b>Morgunverður</b>	Morgungrautur, banani. Þorskalýsi	Morgungrautur. Þorskalýsi	Morgungrautur, vínberjabitar. Þorskalýsi	Morgungrautur, kanill & rúsínur. Þorskalýsi	Morgungrautur, hörfræ & sólblómafræ. Þorskalýsi
<b>Morgunhressing</b>	Ávaxtabiti og grænmetisbiti	Ávaxtabiti og grænmetisbiti	Ávaxtabiti og grænmetisbiti	Ávaxtabiti og grænmetisbiti	Ávaxtabiti og grænmetisbiti
<b>Hádegisverður</b>	<b>Fiskbollur</b> Steiktar fiskbollur með hýðisgrjónum & lauksósu, ásamt niðurskornu fersku grænmeti EÐA gufusoðnu blönduðu grænmeti	<b>Linsusúpa</b> Heimalöguð linsu og grænmetissúpa ásamt heimabökuðu brauði og áleggi	<b>Indverskt</b> kjúklingabaunabuff Heimagent buff borð fram með hýðishrisgrjónum/byggi /kúskús/kínóa/bulgur, fersku grænmeti og súrmjólkur-/jógúrtsósu	<b>Hýðis/Bygggrjónafiskur</b> Ofnbakaður þorskur með osta-eða karrysósu ásamt ofnbökuðu grænmeti og hýðisgrjónum	<b>Slátur</b> Hefðbundna lifrarpylsan og blóðmörinn, ásamt kartöflum, soðnum rófum og jafning
<b>Nónhressing</b>	Heimabakað ~ Trefjabrauð, Byggbrauð, 3ja korna brauð	<b>Hrökkbrauð</b>  <i>Yngri en 2ja***:</i> Speltbrauð Myllunnar / flatbrod (þunna hrökkbrauðið úr rúg)	Lífskornabrauð (frá Myllunni)	Heimabakað ~trefjaríkt/gróft	Ristað brauð EÐA hrökkbrauð (nýta afganga úr vikunni)
<b>- Ávöxtur</b>	Ávaxtabiti og grænmetisbiti	Ávaxtabiti og grænmetisbiti	Ávaxtabiti og grænmetisbiti	Ávaxtabiti og grænmetisbiti	Ávaxtabiti og grænmetisbiti
<b>- Álegg</b>	Smjörvi Túnfisksalat Kindakæfa  <i>Yngri en 2ja***:</i> Sardínur í tómatsósu	Smjörvi Ostur (17%, <i>nema yngri en 2ja ára 26%</i> ) Smurostur  Mjólkurofnæmi: Ostur frá Violife	Smjörvi Egg Kavía  Eggja-og fiskofnæmi: Döðlusulta	Smjörvi Ostur (17%, <i>nema yngri en 2ja ára 26%</i> ) Hummus	Smjörvi Smurostur Kotasæla  Mjólkurofnæmi: Bananarnir Ostur frá Violife

\*\*\* Á við um börn yngri en tveggja ára.

- Engin lifrarkæfa í boði ofan á brauð þessa vikuna (kindakæfa í lagi samt)