

Vika 2

	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
Morgunverður	Morgungrautur & graskersfræ. Þorskalýsi	Morgungrautur. Þorskalýsi	Morgungrautur, banani & kókos. Þorskalýsi	Morgungrautur, kanill & rúsínur. Þorskalýsi	Morgungrautur, epli & kakóduft. Þorskalýsi
Morgunhressing	Appelsína, epli & blómkál	Ananas, epli & appelsína	Gulrót & pera	Appelsína & gúrka	Banani & melóna
Hádegisverður	Steiktur fiskur Ofnsteiktur þorskur/steinbítur með kartöflum & karrýsósú/kaldri sósú, ásamt hrásalati	Grænmetislasanja Rjúkandi grænmetislasanja með ostatopp, ásamt sýrðum rjóma	Fisksúpa Heimalöguð fisksúpa, ásamt góðu brauði með smjörva, eggjum & papriku	Gúllasréttur Lamba/nauta gúllas í uppbakaðri sósú með regnbogagrænmeti, ásamt kartöflumús	Íslenska ýsan Gufusoðin ýsa með smjöri & kartöflum, ásamt soðnum rófum.
Nónhressing	Heimabakað EÐA Maltbrauð ÁRSÓL Heimabakað ~trefjaríkt	Heimabakað ~hafa orkuríkt; með sólkjörnum, hör-eða graskersfræjum, kókosmjöli	Flatbrauð Helst heilkorna	Hrökkbrauð	Heimabakað ~trefjaríkt
- Ávöxtur	Banani	Pera	Epli	Melóna	Pera
- Álegg	Smjörvi Hummus Lifrarkæfa Gulrótastrimlar	Smjörvi Skinka (án mjólkur) Gúrkustrimlar/ sneiðar	Smjörvi Ostur Pestó Kindakæfa Blómkál	Smjörvi Kotasæla Paprika Banani <i>Mjólkurofnæmi:</i> Lifrarkæfa, döðlusulta, bananinn	Smjörvi Ostur Tómatsneiðar <i>Mjólkurofnæmi:</i> Skinka Ostur frá Violife