



Vika 9	Mánudagur 24.feb Tikka masala	Þriðjudagur 25.feb Soðningur	Miðvikudagur 26.feb Klemmaborgari	Fimmtudagur 27.feb Fiskur orlý	Föstudagur 28.feb Sætkartöflusúpa
Hádegismatur	Kjúklingur í Tikka masala	Soðin þorskur	Hamborgarar 	Fiskur í orlý	Sætkartöflusúpa
Aðalréttur (Prótein)	Kjúklingur	Þorskur	Nautabuff	Ýsa	Soðin egg
Kolvetnagjafi	Hrísgrjón / Naan brauð	Kartöflur / Rúgbrauð	Hamborgarabrauð frá Sesam	Steikt smælki frá Víðastöðum	Rúnstykki
Sósa (Fita)	Í rétti	Smjör	Okkar hamborgarasósa	Tómat / Tabasco / Sinnep	Smjör
Grænmeti (Vítamín og trefjar)	Gúrka / Paprika / Kóríander	Heitt grænmeti	Kál / Gúrka / Tómatar	Ferskt grænmeti	Gúrka
Ávöxtur/Eftirmatur		Melóna			

Vika 10	Mánudagur 3.mars Bolludagur	Þriðjudagur 4.mars Sprengidagur	Miðvikudagur 5.mars Öskudagur	Fimmtudagur 6.mars Vetrarfrí grunnskólum	Föstudagur 7.mars Vetrarfrí grunnskólum
Hádegismatur	Fiskibollur	Saltkjöt og baunir, Túkall	Pylsupartý 	Fiskiklattar	Neðanjarðarlest (Subway)
Aðalréttur (Prótein)		Saltað lambagúllas		Þorskur	Kjúklingur / Beikon
Kolvetnagjafi	Kartöflur	Kartöflur / Baunasúpa		Kartöflur	Bátabrauð frá Sesam Bakaríi
Sósa (Fita)	Karrí sósa	Jafningur		Smjörbráð	Okkar subway sósa
Grænmeti (Vítamín og trefjar)		Rófur / Gulrætur		Gufusoðið blandað grænmeti	Gúrka / Salat / Tómatar
Ávöxtur/Eftirmatur	Banarar			Appelsína	

Vika 11	Mánudagur 10.mars Indverskar grænmetisb	Þriðjudagur 11.mars Plokkfiskur	Miðvikudagur 12.mars Kjúklinga píta	Fimmtudagur 13.mars Fiskur í raspi	Föstudagur 14.mars Skyr bar
Hádegismatur	Grænmetisbollur	Plokkfiskur	Kjúklinga píta	Þorskur í raspi	Ofurskál
Aðalréttur (Prótein)		Plokkfiskur	Kjúklingur	Þorskur	Skyr
Kolvetnagjafi	Bankabygg	Kartöflur / Rúgbrauð	Pítu brauð	Kartöflur	Banani / Döðlur / Múslí
Sósa (Fita)	Jógúrt sósa / Salatostur	Smjör	Okkar pítu sósa	Okkar remúlaði	Rjómabland / Kókos
Grænmeti (Vítamín og trefjar)	Salat / Gúrka / Paprika	Gufusoðið blandað grænmeti	Salat / Gúrka	Ferskt grænmeti	
Ávöxtur/Eftirmatur		Melóna			Hindber / Bláber

Vika 12	Mánudagur 17.mars Bbq hakk og sætar	Þriðjudagur 18.mars Fiski Taco	Miðvikudagur 19.mars Lambapottréttur	Fimmtudagur 20.mars Smáfiskibollur	Föstudagur 21.mars Mexíkós kjúklingasúpa
Hádegismatur	Hakk og sætar	Fiski Taco	Lambapottréttur	Smáfiskibollur	Mexíkós kjúklingasúpa
Aðalréttur (Prótein)	Nautahakk	Þorskur	Ísl lambakjöt	Fiskibollur	Kjúklingur
Kolvetnagjafi	Sætar kartöflur	Mjúkar Taco kökur	Kartöflur	Hrísgrjón	Nachos
Sósa (Fita)	Bbq sósa / Tómatasósa	Salsa / Köld sósa	Í rétti	Súrsæt sósa	Rifin ostur / Sýrður rjómi
Grænmeti (Vítamín og trefjar)	Salat	Salat / Kóríander / Lime	Salat / Gúrka / Grænar	Ferskt grænmeti	Í súpu
Ávöxtur/Eftirmatur				Döðlur	