


**Morgunmatur**

8.10-10.00

MánudagurHafragrautur,
mjólk, rúsínur,
kanill, lýsi
og ávextir.**Þriðjudagur**Hafragrautur,
mjólk, rúsínur,
sólblómafræ/hörfræ
lýsi og ávextir.**Miðvikudagur**Hafragrautur,
mjólk, rúsínur,
kókosmjöl, lýsi
og ávextir.**Fimmtudagur**Hafragrautur,
mjólk, rúsínur,
kanill, lýsi
og ávextir.**Föstudagur**Hafragrautur,
mjólk, AB-mjólk,
þurrkaðir
ávextir, lýsi
og ávextir.

Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
	1.júní Hakkréttur, kartöflumús og gufusodið grænmeti	2.júní Sveppa-súpa og nýbakað brauð. Álegg: Skinka, gúrka, ostur og smjör	3.júní Útskrift elstu barna Pizza með skinku og pepperoni og heimalöguð kokteilsósa	4.júní Fiskréttur í ostasósu, með hýðishrísgrjónum og grænmeti
7.júní Gufusodið ýsa, kartöflur, gufusodið grænmeti og smjör	8.júní Kjúklinga-pasta í ostasósu, hvítlauksbrauð og gúrkustrimlar	9.júní Brokkolí-súpa og nýbakað brauð. Álegg: Skinka, egg og ostur	10.júní Fjólkornafiskur, kartöflur, tómatar, gúrkur og jógurtsósa	11.júní Grísasnitzel í raspi, kartöflur, grænar baunir og brún sósa
14.júní Gufusodið ýsa, kartöflur, soðnar rófur/gulrætur og smjör	15.júní Blómkáls-ostabuff, kartöflur, gúrkustrimlar og brún rjóma-sósa	16.júní Grjónagrautur og flatkökur. Álegg: Lifrakæfa og ostur	17.júní  Þjóðhátíðardagurinn	18.júní Gúllas, kartöflumús og gufusodið grænmeti
21.júní Gufusodið ýsa, kartöflur, gufusodið grænmeti og smjör	22.júní Tortillur með hakki, grænmeti, salsasósu og sýrdum rjóma	23.júní Hrært skyr og nýbakað brauð. Álegg: Skinka, gúrka og ostur	24.júní Fiskur í ofni, kartöflur, brokkolí og karrýsósa	25.júní Kjúklingaleggir, kartöflubátar og heimagerð kokteilsósa
28.júní Steiktur fiskur í raspi, kartöflur, rófu/gulrótar salat og þúsundeyja-sósa	Sumarfrí	Sumarfrí	Sumarfrí	Sumarfrí 

Síðdegiskaffi

14.30-15.00

Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
Nýbakað brauð, ostur/álegg, mjólk og ávextir/grænmeti	Nýbakað brauð, ostur/álegg, mjólk og ávextir/grænmeti	Hrökkbr/Skólabrauð Nýbakað/sparibrauð, ostur/álegg, mjólk og ávextir/grænmeti	Nýbakað brauð, ostur/álegg, mjólk og ávextir/grænmeti	Ristað brauð eða hrökkbrauð/tekex, ostur/álegg, mjólk og ávextir/grænmeti

Á matseðli er áhersla lögð á nýmeti þar sem allir réttir eru unnir á staðnum frá grunni.

Markmið heilsustefnunnar er að halda salti, sykri og fitu í lágmarki samkvæmt manneldisráði.

Með fyrirovara um breytingar.