**Vika 6**

**Mánudagur**

***Plokkfiskur eða Gratínfiskur***,

Meðlæti: Kartöflur og rúgbrauð

Sósa/viðbit: Smjörvi

Hrátt grænmeti: Gúrkur og tómatar

Ávextir: Bananar og appelsínur

Drykkur: Vatn

**Þriðjudagur**

***Hakkbollur eða kjötbollur***

Meðlæti: Kartöflur eða stappað kartöflumauk

Meðlæti: Rauðrófur eða rauðkál

Sósa/viðbit: Brún sósa eða köld sósa

Hrátt grænmeti: Ferskt salat

Ávextir: Melónur

Drykkur: Vatn

**Miðvikudagur**

***Brauðaður fiskur eða steikur fiskur***

Meðlæti: Kartöflur

Meðlæti: Gljáð grænmeti

Sósa/viðbit: Heit eða köld sósa

Hrátt grænmeti:Gúrkur og paprikur

Ávextir: Ferskur ananas

Drykkur: Vatn

**Fimmtudagur**

***Heimalöguð pizza eða Píta***

Hrátt grænmeti: Grænmetisbitar

Ávextir: Melónur

Drykkur: Vatn

**Föstudagur**

***Grjónagrautur eða makkarónugrautur***

Meðlæti: Slátur

Meðlæti: Kanelsykur

Hrátt grænmeti: Grænmetisbitar

Ávextir: Bananar og mandarínur

Drykkur: Vatn