

Vika 1	Mánudagur 12.feb Bolludagurinn	Þriðjudagur 13.feb Sprengidagur	Miðvikudagur 14.feb Öskudagur	Fimmtudagur 15.feb Vetrarfrí Grunnskólum	Föstudagur 16.feb Vetrarfrí Grunnskólum
Hádegismatur	Sænskar kjötbollur	Saltkjöt og baunir	Pylsupartý	Soðin þorskur	Íslensk Kjötsúpa
Aðalréttur (Prótein)	Hakkbollur	Saltað lambagúllas	Pylsur	Þorskur	Lambakjöt
Kolvetnagjafi	Kartöflur	Kartöflur/ Baunasúpa í boði 🌱	Pylsubrauð	Kartöflur / Þrumari	Bygg / Kartöflur
Sósa (Fita)	Brún sósa	Jafningur	Tómat / Sinnep / Remó	Ísl smjör / Ólífuolía	
Grænmeti (Vitamin og trefjar)	Gúrka / Grænar / Rauðkál	Rófur / Gulrætur	Steiktur laukur	Heitt grænmeti	Rófur / Gulrætur / Hvítkál
Ávöxtur/Eftirmatur				Epli	

Vika 2	Mánudagur 19.feb Starfsdagur allir	Þriðjudagur 20.feb Nemendaviðtöl Fellaskóla	Miðvikudagur 21.feb Snitsel	Fimmtudagur 22.feb Fiskibollur	Föstudagur 23.feb Nemendaviðtöl EGS skóla
Hádegismatur		Léttsaltaður Þorskur	Lambasnitsel	Fiskibollur	Súpa
Aðalréttur (Prótein)		Þorskur	Lambakjöt	Þorskur / Ufsi	
Kolvetnagjafi		Kartöflur	Steiktar kartöflur	Hrísrgrjón	Beyglur með smurost
Sósa (Fita)		Smjör / Hamsatólg	Sveppa sósa	Karrí sósa	
Grænmeti (Vitamin og trefjar)		Heitt grænmeti	Grænar / Tómatar / Rauðkál	Paprika / Gúrka / salat	Gúrkusneiðar
Ávöxtur/Eftirmatur		Banani		Epli	Melóna

Vika 3	Mánudagur 26.feb Kjúklingapíta	Þriðjudagur 27.feb Fiskiklattar	Miðvikudagur 28.feb Tortilla	Fimmtudagur 29.feb Ýsa skvísá	Föstudagur 1.mars Tómatsúpa
Hádegismatur	Kjúklingapíta	Fiski klattar	Nauta tortilla	Ýsa með brauðhjúp	Tómatsúpa 🌱
Aðalréttur (Prótein)	Kjúklingur		Nautahakk	Ýsa	Soðin Egg
Kolvetnagjafi	Pítubrauð frá sesam 🌱	Kartöflur	Grófar tortillakökur 🌱	Kartöflur	Gróf rúnstykki
Sósa (Fita)	Okkar pítusósa	Lauk feiti	Salsa sósa / Sýrður rjómi	Tómatsósa / Sinnep	Grænmetissósa
Grænmeti (Vitamin og trefjar)	Gúrka/Kál/Rauðlaukur	Gufusoðið spergilkál	Kál / Gúrka / Guacamole	Salatbar	Gúrka / Salat á brauð
Ávöxtur/Eftirmatur		Appelsína			

Vika 4	Mánudagur 4.mars Neðanjarðarlestabátur	Þriðjudagur 5.mars Þorskur í raspi	Miðvikudagur 6.mars Tikka masala	Fimmtudagur 7.mars Soðningur	Föstudagur 8.mars Rjómalöguð sveppasúpa
Hádegismatur	Subway 🌱	Þorskur í raspi	Kjúklinga réttur	Soðin þorskur	Sveppasúpa
Aðalréttur (Prótein)	Kjúklingur / Beikon / Ostur	Þorskur	Kjúklingalæri	Þorskur	
Kolvetnagjafi	Brauð	Kartöflur	Hrísrgrjón	Kartöflur / Þrumari	Hrökkbrauð
Sósa (Fita)	Grænmetissósa	Okkar remó	Tikka masala / Gúrkusósa	Ísl smjör / Ólífuolía	Pestó 🌱 / Kotasæla
Grænmeti (Vitamin og trefjar)	Gúrka / Kál / Tómatar /Laukur	Salat	Gúrka / Salat / Kóríander	Soðnar gulrætur og rófur	
Ávöxtur/Eftirmatur				Epli	Vatnsmelóna