

# Síðdegishressing

## Vika 1

Mán	Brauð, smjörvi, álegg (skinka, ostur), ávextir
Þri	Skúffukaka, ávextir, grænmetisbitar
Mið	Hrökkbrauð, smjörvi, smurostur, ávextir
Fim	Ristað brauð, smjörvi, ostur, sykurlaus sulta, grænmeti
Fös	Brauð, mysingur, smjörvi, banani, ávextir

## Vika 2

Mán	Brauð, smjörvi, kjötálegg, ostur, ávextir
Þri	Brauð, smjörvi, álegg (banani, ostur), ávextir
Mið	Hrökkbrauð, smjörvi, smurostur, ávextir
Fim	Ristað brauð, smjörvi, ostur, sykurlaus sulta, grænmeti
Fös	Brauð, smjörvi, mysingur, ávextir

## Vika 3

Mán	Brauð, smjörvi, kjötálegg, ostur, ávextir
Þri	Muffinskaka, ávextir, grænmeti
Mið	Brauð, smjörvi, álegg (epli, gúrka), ávextir
Fim	Ristað brauð, smjörvi, ostur, sykurlaus sulta, grænmeti
Fös	Brauð, smjörvi, kjötálegg, mysingur, ávextir

**Drykkir: mjólk og vatn alltaf í boði**