

# Síðdegishressing

## Vika 1

Mán.	Ristað brauð, smjörvi, ostur, skinka, sykurl.sulta, ávextir
Þri.	Brauð, smjörvi, kæfa, mysingur, ávextir
Mið.	Kaka, ávextir, grænmetisbitar
Fim.	Ristað brauð, smjörvi, ostur, sykurl. sulta, ávextir
Fös.	Brauð, smjörvi, álegg (skinka, gúrka) ávextir

## Vika 2

Mán.	Brauð, smjörvi, kavíar, spægipylsa, ávextir
Þri.	Heimabakað bananabrauð, smjörvi, ostur, ávextir
Mið.	Hrökkbrauð, tekex, smjörvi, smurostur, sulta, ávextir
Fim.	Nýbakað matarbrauð, kæfa, ostur, ávextir
Fös.	Brauð, smjörvi, mysingur, epli, ávextir

## Vika 3

Mán.	Brauð, smjörvi, kjötálegg, ostur, ávextir
Þri.	Ristað brauð, smjörvi, oskur, sykurlaus sulta, ávextir
Mið.	Kaka, grænmetisbitar, ávextir
Fim.	Kringla, smjörvi, ostur, ávextir
Fös.	Ristað brauð, smjörvi, oskur, sykurlaus sulta, ávextir

## Vika 4

Mán.	Brauð, smjörvi, malakoff, ostur, ávextir
Þri.	Pizzasnúðar, grænmetisbitar
Mið.	Hrökkbrauð, tekex, smjörvi, ostur, smurostur, sulta, ávextir
Fim.	Ristað brauð, smjörvi, oskur, sykurlaus sulta, ávextir
Fös.	Kryddbrauð, smjörvi, ostur, ávextir

**Drykkir: mjólk og vatn**