

<b>Mánudagur 1</b>	<b>Þriðjudagur 1</b>	<b>Miðvikudagur 1</b>	<b>Fimmtudagur 1</b>	<b>Föstudagur 1</b>
Hrisgrjónagrautur m/mjólk kanil	Ostabollur með	Grænmetispottréttur	Pasta/ grænmeti/sósa	Sætkartöflusúpa
Og rúsínum eða linsubaunapottréttur	jógúrt-	með ristuðu grænmeti	ostur +vegan/glutenl.	Heimabakað brauð/smjör
ferskt salat/súrkál	sósu/ ferskt salat			
<b>Mánudagur 2</b>	<b>Þriðjudagur 2</b>	<b>Miðvikudagur 2</b>	<b>Fimmtudagur 2</b>	<b>Föstudagur 2</b>
Indverskt daleh	Ofnristaðar kartöflur	Hirsibuff með tahini	Pizza Margarita	Mexíkönsk tómatsúpa
Jasmin hrisgrjón og	og grænmeti með	sósu, Salatblanda/súrkál	og ferskt salat	nachos og ferskt salat
Ferskt salat	chili sin carne og salat		+vegan/gl.laust	
<b>Mánudagur 3</b>	<b>Þriðjudagur 3</b>	<b>Miðvikudagur 3</b>	<b>Fimmtudagur 3</b>	<b>Föstudagur 3</b>
Hrisgrjónanúðlur með	Ofnbakað rötargrænmeti	Hirsisalat með grænmeti	Grænmetislasagna	Ýmsar grænmetissúpur
Sesamolíu og steiktu grænmeti	falafel og sítrónu/myntusósa	kjúklingabaunum/ brauð	Ferskt salat	súrdeigsbrauð og salat
Salat og soya	ferskt salat /súrkál	smjör		
<b>Mánudagur 4</b>	<b>Þriðjudagur 4</b>	<b>Miðvikudagur 4</b>	<b>Fimmtudagur 4</b>	<b>Föstudagur 4</b>
Kryddhrisgrjón	Bókhveitinúðlur	Hirsigrautur með rúsínum	Tortilla með tómatsalsa	Linsusúpa með súr-
Grænmetisbuff og sólskinsósa	steikt grænmeti	kanelsykri og hindberjasósu	og grænmeti. Kryddsteiktur	deigsbrauði og hummus
ferskt salat	Ferskt salat		kjúklingabaunir.	Ferskt salat og súrkál.

Þetta er grunnmatseðill sem rúllar fjórar vikur í einu m. fyrirvara um breytingar. Ferskt salat, o.fl. t.d.ólífur og sýrt grænmeti eru framreidd með hádegismatnum á hverjum degi. Brauð er bakað í eldhúsi skólans.