



FJØLBROYTTUR

Eyguni hava nógv at siga, og er gott at leggja seg eftir at gera matpakka fjølbroyttan í smakki og liti.
– Havi eg tildømis agurk við í matpakkanum, velji eg heldur ta gulu piparfruktina enn ta grønu.

Sølvá



TÚ SKALT EINKI

– Eg veit væl at tað má vera lætt, skjótt og hugaligt at gera matpakkar.
Skal man hugsa um at liva heilsugott, má man vera eitt fet frammanfyri seg sjálva og hugsa tað inn í vikuna, og kanska goyma eitt sindur av restum ella ansa eftir, at man eigur mat inni, sigur hon.

