



Matseðill



Október 2020	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
1. – 2.				St.fiskur í lauksósu. Salat.	Hakk og spaghetti. Salat.
5. - 9.	Soðin fiskur, kartöflur og heimabakað rúgbrauð.	Bláberjaskyr, brauð með álegg. Ávextir.	Grískar-kjötbollur, hýðishrísgrjón og Salat.	St.fiskur, kartöflur, remúlaði og salat.	Svínasnitsel, soðið grænmeti og kartöflur.
12. – 16.	Fiskibollur , kartöflur og salat.	Vorlaukssúpa. Brauð með osti. Ávextir.	Afgangadagur.	Haustfrí	Haustfrí
19. – 23.	Plokkfiskur og heimabakað rúgbrauð.	Minestrónesúpa, brauði og ávextir.	Lasanja, kartöflumús og salat.	Karrýsteiktur pönnufiskur. Salat.	Heitt slátur, rófur og jafningur
26. – 30.	Gufusoðinn fiskur, hollandísósa, kartöflur og salat.	Grænmetissúpa, brauð og ávextir.	Kjúklingapasta með rauðu pestói og Salat.	Fiskur í bernaisegratíni. Kartöflur og salatbar.	Kjöt í karrý, hrísgrjón og gulrætur.

