



Matseðill október



Október 2021	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
1.					Strokanoff, kartöflumús, blómkál og gulrætur.
4. - 8.	Soðinn fiskur, soðnar kartöflur, og grænmeti.	Matarmikil grænmetissúpa, brauð með osti og áleggi. Salatbar.	Rauðrófubollur, sósa og kartöflur. Salatbar.	Steiktur fiskur í raspi, kartöflur, salat og sósa. Salatbar.	Kjúklingur í tómát-appelsínulegi, kartöflur og salat.
11. – 15.	Karrýplokkfiskur, kartöflur og heimabakað rúgbrauð.	Kjúklingasúpa og smábrauð. Salatbar.	Mexíkönsk hakkpanna, kartöflumús og salat.	Haustfrí.	Haustfrí.
18. – 22.	Gratíneraður fiskur kartöflur og salat.	Bláberjaskyr, brauð og álegg. Ávextir. Salatbar.	Kjöt í karrý, hrísgrjón og grænmeti. Salatbar.	Djúpsteiktur fiskur, kartöflubátar og sósa. Salatbar.	Heitt slátur, rófur og jafningur. Ávextir.
25. – 29.	Gufusoðinn fiskur, hollandissósa, kartöflur og salat.	Bragðmikil sætkartöflusúpa, brauð og ávextir. Salatbar.	Pítur og salatbar.	Ofnbakaður fiskur með grænmeti og soðnum kartöflum. Salatbar.	Súrsætur grísapottréttur, soðið grænmeti, salat og kartöflur.

(Birt með fyrirvara um breytingar á matseðli ef þess gerist þörf).