

## Matseðill - September 2023

| Mánudagur  | Þriðjudagur  | Miðvikudagur               | Fimmtudagur  | Föstudagur   |
|--|--|----------------------------|--|--|
| <b>4.september</b>   | <b>5.september</b>                                     | <b>6. september</b>        | <b>7. september</b>  | <b>8. september</b>  |
| Fiskibollur<br>Hýðishrísgrjón<br>Tómatar<br>Karrýsósa      | Hakk og spaghetti<br>Brauðbolla<br>Ferskt salat        | Skyr<br>Flatkaka með ost   | Kentucky Fiskur<br>Soðið smælki<br>Hrásalat<br>Kokteilsósa | Grænmetislasagna<br>Hvítlauksbrauð<br>Ferskt salat                 |
| <b>11. september</b>                                       | <b>12. september</b>                                   | <b>13. september</b>       | <b>14. september</b>                                       | <b>15. september</b>   |
| Soðinn Fiskur<br>Kartöflur<br>Grænmeti<br>Smjör            | Blómkálssostabuff<br>Hrísgrjón<br>Gúrkur<br>Sveppasósa | Gúlassúpa<br>Brauðbolla    | Ofnbakaður fiskur<br>Kartöflur<br>Ferskt salat             | Sænskar kjötbollur<br>Kartöflumús<br>Brúnsósa<br>Rauðkál           |
| <b>18. september</b>                                       | <b>19. september</b>                                   | <b>20. september</b>       | <b>21. september</b>                                       | <b>22. september</b>   |
| Steiktur fiskur<br>Kartöflur<br>Hrásalat<br>Þúsundeyjasósa | Skinku pasta<br>Hvítlauksbrauð<br>Grænmetissósa        | Grjónagrautur<br>Slátur    | Plokkfiskur<br>Kartöflur<br>Rúgbrauð<br>Salat              | Kjúklingalæri í rasp<br>Kartöflubátar<br>Maísbaunir<br>Kokteilsósa |
| <b>25. september</b>                                       | <b>26. september</b>                                   | <b>27. september</b>       | <b>28. september</b>                                       | <b>29. september</b>   |
| Bleikja með kryddjurtum<br>Bygg<br>Jógúrtsósa<br>Salat     | Grænmetisbollur<br>Bygg<br>Tómatar<br>Hvítlaukssósa    | Blómkálssúpa<br>Brauðbolla | Soðinn Fiskur<br>Kartöflur<br>Brokkolí<br>Smjör            | Kjúklingaréttur<br>HýðisHrísgrjón<br>Ferskt salat                  |

Birt með fyrirvara um breytingar. Salatbar alla daga vikunnar nema ef um sérstaka uppbrotsdaga er að ræða.