

# Matseðill okt

01. okt 2018	mánudagur		Fiskréttur, kartöflur
02. okt 2018	þriðjudagur		Slátur, rófur
03. okt 2018	miðvikudagur		Soðinn fiskur, rúgbrauð, laukfeiti
04. okt 2018	fimmtudagur		Grænmetisbuff, hrísgrjón, köld sósa
05. okt 2018	föstudagur		Grjónagrautur og slátur
08. okt 2018	mánudagur		Svikinn héri, grænar baunir, sulta, brún sósa
09. okt 2018	þriðjudagur		Bleikja, brún hrísgrjón
10. okt 2018	miðvikudagur		Kjöt í karrý og hrísgrjón
11. okt 2018	fimmtudagur		Fiskréttur, hrísgrón
12. okt 2018	föstudagur		Blómkálssúpa og smurt brauð
15. okt 2018	mánudagur		Fiskibollur, kartöflur, karrýsósa
16. okt 2018	þriðjudagur	Viðtalsdagur, frístund opin	Eitthvað óvænt
17. okt 2018	miðvikudagur	Starfsdagur, frístund opin	Eitthvað óvænt
18. okt 2018	fimmtudagur	Hautfrí, frístund opin -	Eitthvað óvænt
19. okt 2018	föstudagur	Hautfrí, frístund lokuð	
22. okt 2018	mánudagur		Plokkfiskur, rúgbrauð
23. okt 2018	þriðjudagur		Lasagne, hvítlauksbrauð
24. okt 2018	miðvikudagur		Steiktur fiskur, kokteilsósa, tómatar og kartöflur
25. okt 2018	fimmtudagur		Pizza, nokkrar tegundir af áleggi
26. okt 2018	föstudagur		Makkarónugrautur og smurt brauð
29. okt 2018	mánudagur		Hakk Bolognese og brauð
30. okt 2018	þriðjudagur		Fiskiklattar, kartöflur, brún sósa
31. okt 2018	miðvikudagur		Lambasnitsel, kartöflur og meðlæti

**Ávallt er borið fram vatn og boðið upp á ávexti og grænmeti með matnum.**



# MATSEÐILL FYRIR ÁGÚST-SEPTEMBER 2018

miðvikudagur	22. ágúst	kjöt í karrý, hrísgrjón og salat
fimmtudagur	23. ágúst	fiskréttur, kartöflur og salat
föstudagur	24. ágúst	blómkálssúpa, nýbakað brauð og gulrætur
mánudagur	27. ágúst	fiskibollur, kartöflur, paprika og sulta
þriðjudagur	28. ágúst	kjötsúpa og brauð
miðvikudagur	29. ágúst	grænmetisbuff, hrísgrjón, köld sósa og salat
fimmtudagur	30. ágúst	soðinn fiskur, kartöflur, tómatsósa, soðnar gulrætur, rúgbrauð og smjör
föstudagur	31. ágúst	nautagúllas í brúnni sósu, hrísgrjón og gúrka

---



mánudagur	3. sept	plokkfiskur, kartöflur, rúgbrauð, tómatar og paprika
þriðjudagur	4. sept	lasagne, hvítlauksbrauð og salat
miðvikudagur	5. sept	steiktur fiskur í raspi, soðið grænmeti og kartöflur
fimmtudagur	6. sept	píta, hakk og grænmeti
föstudagur	7. sept	grjónagratun, slátur og salat
mánudagur	10. sept.	hakk, spaghetti og salat
þriðjudagur	11. sept.	fiskbúðingur, kartöflur, tómatsósa og gúrkur
miðvikudagur	12. sept.	svínasnitzel, kartöflur og brúnsósa
fimmtudagur	13. sept.	fiskur í ostasósu, hrísgrjón, tómatar og paprika
föstudagur	14. sept.	sveppasúpa, brauð, álegg, gúrkur
mánudagur	17. sept.	soðinn fiskur, kartöflur, rúgbrauð, tómatsósa og paprika
þriðjudagur	18. sept.	hakkbuff, kartöflur, grænar baunir, brún sósa og salat
miðvikudagur	19. sept.	fiskréttur, hrísgrjón og rifnar gulrætar
fimmtudagur	20. sept.	kjúklingur, franskur, kokteilsósa og brúnsósa og grænmeti
föstudagur	21. sept.	skyr, brauð, álegg og grænmeti
mánudagur	24. sept.	steiktur fiskur í raspi, kokteilsósa, kartöflur og grænmeti
þriðjudagur	25. sept.	kjötbollur í súrstætrisósu, hrísgrjón og grænmeti
miðvikudagur	26. sept.	fiskréttur, hrísgrjón, soðið grænmeti og ferskt salat
fimmtudagur	27. sept.	lambapottréttur, kúskús og salat
föstudagur	28. sept.	kjúklingapasta, brauð og salat