

# 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	grjónagrautur, 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, franskar, 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