



MATSEÐILL ODDEYRARSKÓLA

DESEMBER

- Salatbar fylgir öllum máltíðum -

02. desember	Mánudagur	Soðinn fiskur, rúgbrauð og kartöflur
03. desember	Þriðjudagur	Hakkabuff, kartöflustappa, rauðkál, brún sósa
04. desember	Miðvikudagur	Karrýfiskréttur
05. desember	Fimmtudagur	Kjúklingur og franskar
06. desember	Föstudagur	Skyr og brauð
09. desember	Mánudagur	Fiskur í raspi, kartöflur
10. desember	Þriðjudagur	Kjöttbollur, hrísgrjón, sósa
11. desember	Miðvikudagur	Plokkfiskur og rúgbrauð
12. desember	Fimmtudagur	Pottréttur og hrísgrjón
13. desember	Föstudagur	Pastaréttur
16. desember	Mánudagur	Fiskréttur og hrísgrjón
17. desember	Þriðjudagur	Slátur, uppstúf, kartöflur
18. desember	Miðvikudagur	Soðinn fiskur, rúgbrauð og kartöflur
19. desember	Fimmtudagur	Jólamatur, bayonnesskinka, laufabrauð og meðlæti.
20. desember	Föstudagur	Óvænt (Litlu jól, frístund opin)
23. desember	Mánudagur	JÓLAFRÍ (frístund opin)
24. desember	Þriðjudagur	JÓLAFRÍ
25. desember	Miðvikudagur	JÓLAFRÍ
26. desember	Fimmtudagur	JÓLAFRÍ
27. desember	Föstudagur	JÓLAFRÍ (frístund opin)
30. desember	Mánudagur	JÓLAFRÍ (frístund opin)
31. desember	Þriðjudagur	JÓLAFRÍ

- Boðið er upp á frían hafragraut í morgunmat alla skóladaga -



Skráning

Nemendur eru skráðir í mat í gegnum matartorg.is. Foreldrar fá notendanafn og lykilorð og sjá síðan sjálfir um að færa inn pantanir sínar. Þegar pantað er kemur fram matseðill mánaðarins. Venjulega er opnað fyrir skráningu á Matartorg 10. til 11. dag hvers mánaðar á undan og lokað nokkrum dögum síðar. Ef foreldrar hafa ekki aðgang að tölvu geta þeir haft samband við ritara skólans sem aðstoðar þá.

Gjaldskrá fyrir skólafæði má finna með því að smella [hér](#).

Skólafæði grunn- og leikskóla

Frá janúar 2012 hefur verið sameiginlegur matseðill í öllum leik- og grunnskólum Akureyrarbæjar. Matseðillinn rúllar á 7 vikna fresti. Matráðar hafa úr nokkrum uppskriftum að velja hvern dag. Farið er eftir ráðleggingum frá Landlæknisembættinu en þær styðjast við samnorrænar ráðleggingar:

Fiskur eða fiskréttir tvisvar í viku. Líka feitur fiskur

Kjöt eða kjötréttir tvisvar í viku

Súpur, skyr, hrísgrjónagrautur eða léttur réttur einu sinni í viku

Grænmeti, salat og ávextir í boði alla daga

Gróft brauð (með háu hlutfalli trefja)

Grænmetisréttur, tvisvar sinnum í mánuði í stað kjötrétta.

Uppskriftirnar má finna [hér](#).