



MATSEÐILL ODDEYRARSKÓLA

MARS

01. mar.	mánudagur	Fiskréttur
02. mar.	þriðjudagur	Slátur, kartöflur, hvít sósa
03. mar.	miðvikudagur	Soðinn fiskur, rúgbrauð, kartöflur
04. mar.	fimmtudagur	Grænmetisbuff, hrísgrjón, köld sósa
05. mar.	föstudagur	Grjónagrautur og slátur
08. mar.	mánudagur	Kjöttbúðingur (hakk) sósa, kartöflustappa
09. mar.	þriðjudagur	Bleikja, hrísgrjón, kaldar sósur
10. mar.	miðvikudagur	Kjöt í karrý, hrísgrjón
11. mar.	fimmtudagur	Soðinn fiskur, rúgbrauð, kartöflur
12. mar.	föstudagur	Sveppasúpa
15. mar.	mánudagur	Fiskibollur, sósa og kartöflur
16. mar.	þriðjudagur	Íslensk kjötsúpa
17. mar.	miðvikudagur	Grænmetislasagne og hrísgrjón
18. mar.	fimmtudagur	Soðinn fiskur, rúgbrauð
19. mar.	föstudagur	Kjúklinganaggar - Valmáltíð 7. bekkjar
22. mar.	mánudagur	Plokkfiskur og rúgbrauð
23. mar.	þriðjudagur	Kjöttbollur og kartöflustappa
24. mar.	miðvikudagur	Fiskur í raspi og kartöflur
25. mar.	fimmtudagur	Pizza nokkrar áleggstegundir
26. mar.	föstudagur	Makkarónugrautur
29. mar.	mánudagur	Páskaleyfi - Frístund opin 7:45 – 16:15
30. mar.	þriðjudagur	Páskaleyfi - Frístund opin 7:45 – 16:15
31. mar.	miðvikudagur	Páskaleyfi - Frístund opin 7:45 – 16:15

- 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](#).