

Matseðill fyrir nóvember 2021

Boðið upp á ávexti og grænmeti með öllum máltíðum



1.nón.	mánudagur	fiskibollur og kartöflur
2.nón.	þriðjudagur	grænmetisbuff, hrísgrjón og kaldar sósur
3.nón.	miðvikudagur	kjötbollur, brún sósa, rauðkál
4.nón.	fimmtudagur	soðinn fiskur, kartöflur og rúgbrauð
5.nón.	föstudagur	skyr, grænmeti og ávextir

8.nón.	mánudagur	lambapottréttur, kartöflur
9.nón.	þriðjudagur	bleikja, sætar kartöflur og hrísgrjón
10.nón.	miðvikudagur	grjónagrautur og slátur
11.nón.	fimmtudagur	Íslensk kjötsúpa
12.nón.	föstudagur	grænmetislasagne, kaldar sósur

15.nón.	mánudagur	soðinn fiskur, kartöflur, rúgbrauð
16.nón.	þriðjudagur	blómkálssúpa og brauð
17.nón.	miðvikudagur	kjúklingur og franskar
18.nón.	fimmtudagur	fiskur í raspi, kartöflur
19.nón.	föstudagur	Pastaréttur

22.nón.	mánudagur	hakk og spaghettí
23.nón.	þriðjudagur	starfsdagur Frístund opin
24.nón.	miðvikudagur	VALMÁLTÍÐ 3. BEKKUR
25.nón.	fimmtudagur	fiskréttur og meðlæti
26.nón.	föstudagur	grænmetissúpa og brauð

29.nón.	mánudagur	fiskibollur, kartöflur, kaldar sósur
30.nón.	þriðjudagur	grænmetisbuff og kúskús

