



Orkumótið í Eyjum

MATSEÐILL 2021

Mjólkur og hnetulaus

Miðvikudagur

Kvöldmatur Hakkbollur, kartöflur, gular baunir, sveppasósa og sulta

Valréttir Gulrótarbuff, ferskt salat, ísrael cous-cous og lime dressing

Fimmtudagur

Morgunmatur Hafragrautur, súrmjólk, morgunkorn, brauð, álegg og ávextir

Valréttir Sojamólk, laktósafrí mjólk osfrv.

Hádegismatur Gríms fiskistangir í raspi, hrísgrjón, kartöflur, ferskt salat og karrýsósa.

Valréttir Indverskar grænmetisbollur, karrý hrísgrjón, turmerik dressing og ferskt salat.

Kvöldmatur Píta, kjötbuff, gúrka, kál, tómat, paprika, ofnbakaðar kartöflur og pítusósa.

Valréttir Grænmetislasagna kartöflur og ferskt salat..

Föstudagur

Morgunmatur Hafragrautur, súrmjólk, morgunkorn, brauð, álegg og ávextir

Valréttir Sojamólk, laktósafrí mjólk osfrv.

Hádegismatur Gríms fiskibollur, kartöflur, gulrætur, brokkoli og lauksósa.

Valréttir Falafel grænmetisbollur, hýðishrísgrjón, salat og sveppasósa

Kvöldmatur Kjúklingabitar, franskar, sósa, salat og Kristall - frostpinni.

Valréttir Brokkoli medalíur, grískt salat, grísk grænmetisdressing og Kristall - frostpinni.

Laugardagur

Morgunmatur Hafragrautur, súrmjólk, morgunkorn, brauð, álegg og ávextir

Valréttir Sojamólk, laktósafrí mjólk osfrv.

Hádegismatur Tortilluhlaðborð með kjúklingi, gúrku, tómötum, papriku, káli, osti,

Valréttir hrísgrjónum, sýrðum rjóma og salsasósu.

Kvöldmatur Grillaðar SS pylsur í brauði með tómat, steiktum, sinnep, remolaði og Kristall.

Valréttir Goða pylsur án mjólkurdufts, grænmetispylsur og Kristall.

Upplýsingar um matarópol leikmanna og fullorðinna þarf að senda á siggainga@ibv.is í síðasta lagi **18. júní**



Orkumótið í Eyjum

TÍMASETNINGAR Í MAT

Miðvikudagur

Kvöldmatur

18:00-18:30 Lagt af stað til Eyja 10:45

18:30-19:00 Lagt af stað til Eyja 13:15

19:00-19:30 Lagt af stað til Eyja 15:45

19:30-20:00 Lagt af stað til Eyja 18:15

Fimmtudagur og föstudagur

Morgunmatur

7:00 Þeir sem hefja leik kl. 8:20

7:30 Þeir sem hefja leik kl. 9:00

8:00 Þeir sem hefja leik kl. 13:00

8:30 Þeir sem hefja leik kl. 13:40

Hádegismatur

11:30 Þeir sem hefja leik kl. 13:00

12:00 Þeir sem hefja leik kl. 13:40

12:30 Þeir sem hefja leik kl. 8:20

13:00 Þeir sem hefja leik kl. 9:00

Kvöldmatur

16:30 Þeir sem hefja leik kl. 8:20

17:00 Þeir sem hefja leik kl. 9:00

17:30 Þeir sem hefja leik kl. 13:00

18:00 Þeir sem hefja leik kl. 13:40

Laugardagur

Morgunmatur

7:00 Þeir sem hefja leik kl. 8:00

7:30 Þeir sem hefja leik kl. 8:30

8:00 Þeir sem hefja leik kl. 11:30

8:30 Þeir sem hefja leik kl. 12:00

Hádegismatur

10:15 Þeir sem hefja leik kl. 11:30

10:45 Þeir sem hefja leik kl. 12:00

11:30 Þeir sem hefja leik kl. 8:00

12:00 Þeir sem hefja leik kl. 8:30

Kvöldmatur - grillveisla

17:30 Þeir sem eiga síðasta leik kl. 15:30

17:50 Þeir sem eiga síðasta leik kl. 16:00

18:10 Þeir sem eiga síðasta leik kl. 16:30

18:30 Þeir sem eiga síðasta leik kl. 17:15 og 18:00