

Matseðill í október 2018

Mánudagur

Þriðjudagur

Miðvikudagur

Fimmtudagur

Föstudagur

<u>1</u> Tónmatsúpa nýbakað brauð	<u>2.</u> Plokkfiskur rúgbrauð	<u>3</u> Snitsel hrísgrjón, salat	 <u>4</u> Soðinn fiskur kart,grænmeti, rúgbrauð	<u>5</u> Grjónagrautur slátur
<u>8</u> Grænmetissúpa nýbakað brauð	<u>9</u> Kornflexfiskur kartöflur,köld sósa,salat	<u>10</u> Hakk og spagetti Salat	<u>11.</u> Soðinn fiskur kart,grænmeti, rúgbrauð	<u>12</u> Sveppasúpa
<u>15</u> Gulrótur og kókóssúpa nýbakað brauð	 <u>16</u> Fiskur í sósu kartöflur,sósa,salat	<u>17</u> Gúllas bankabygg, grænmeti	<u>18</u> Soðinn fiskur kart,grænmeti, rúgbrauð	<u>19</u> Skyr rjómabland og smurt brauð
<u>22</u> Linsubaunasúpa nýbakað brauð	<u>23</u> Ofnbakaður fiskur hrísgrjón,sósa,salat	<u>24</u> Svikinn héri Kartöflur, sósa, salat	<u>25</u> Soðinn fiskur kart,grænmeti, rúgbrauð	<u>26</u> Brokkolísúpa nýbakað brauð
<u>29</u> Blómkálssúpa nýbakað brauð	<u>30</u> Fiskur í raspi kartöflur,sósa,salat	<u>31</u> Ofnbakaður kjúklingur hrísgrjón, köld sósa, salat		

Árbítur: Hafragrautur, kornmatar s.s. Seríós, kornflögur, hafrakoddar o.fl. auk þess súrmjólks eða mjólks. Börnin fá lýsi á hverjum degi og ávaxta/grænmetisbita.

Hádegi: Samkvæmt matseðli.

Með máltíðum er hrátt eða soðið grænmeti og vatn til drykkjar.

Einungis er notað ferskt hráefni til matargerðar en ekki unnin matvara, súpur eru matarmiklar og úr fersku grænmeti, baunum og kjöti

Allt brauð sem borið er fram með mat er bakað á staðnum

Nónhressing: Mjólks, brauð og álegg (kex eða kaka á fö.d. til tilbreytingar) og ávextir



Ath. matseðill gæti tekið breytingum í einstaka tilfalli.