

Matseðill - okt.

1.okt.19	þri	Lasagne, brauð, salatbar, ávextir
2.okt.19	mið	Fiskur í raspi, kartöflur, kokteilsósa, salatbar, ávextir
3.okt.19	fim	Pizza, ávextir
4.okt.19	fös	Makkarónugrautur, slátur, salatbar, ávextir
7.okt.19	mán	Hakk, spaghetí, tómatsósa, salatbar, ávextir
8.okt.19	þri	Fiskiklattar, kartöflur, pítusósa, salatbar, ávextir
9.okt.19	mið	Lambasnizel, kartöflur, brún sósa, rauðkál, gr.baunir, áv.
10.okt.19	fim	Fiskréttur, hrísgrjón, salatbar, ávextir
11.okt.19	fös	Súpa, salatbar, ávextir
14.okt.19	mán	Soðinn fiskur, kartöflur, tómatsósa, rúgbrauð, salatbar, áv.
15.okt.19	þri	Kjötbuff, kartöflustappa, brún sósa, salatbar, ávextir
16.okt.19	mið	Ofnsteiktur fiskur, kartöflur, tómatsósa, salatbar, ávextir
17.okt.19	fim	Haustfrí
18.okt.19	fös	Haustfrí
21.okt.19	mán	Steiktur fiskur, kartöflur, kokteilsósa, salatbar, ávextir
22.okt.19	þri	Kjötbollur, kartöflustappa, brún sósa, salatbar, ávextir
23.okt.19	mið	Ofnbakaður fiskur, hrísgrjón, salatbar, ávextir
24.okt.19	fim	Lamb í karrý, hrísgrjón, salatbar, ávextir
25.okt.19	fös	Pylsupasta, salatbar, ávextir
28.okt.19	mán	Fiskibollur, kartöflur, brún sósa, salatbar, ávextir
29.okt.19	þri	Slátur, kartöflur, jafningur, salatbar, ávextir
30.okt.19	mið	Soðinn fiskur, kartöflur, rúgbrauð, salatbar, ávextir
31.okt.19	fim	Grænmetisréttur, hrísgrjón, salatbar, ávextir