

Mars matseðill

Daglega er boðið upp á eftirfarandi

Morgunmatur: mjólk, lýsi, og ávexti.

Ávaxtastund er kl. 10:10 þar sem er boðið upp á ávexti, vatn og stundum grænmeti.

Hádegismatur: grænmeti ýmist ferskt eða soðið, vatn og einnig mjólk með matarminni máltíðum

Nónhressing: Gróft brauð, heimabakað eða úr bakaríinu, rúgbrauð, hrökkbrauð eða flatbrauð. Mismunandi tegundir af áleggi s.s. gúrka, tómatur, kæfa, ostur, kjötálegg, mysingur og fleira. Einnig er alltaf boðið upp á ávexti. Til tilbreytingar eru stundum bakaðar vöflur, eða annað góðgæti.

| | Mánudagur | 2 | Þriðjudagur | 3 | Miðvikudagur | 4 | Fimmtudagur | 5 | Föstudagur | 6 |
|------------------|-------------------------------------------|----|-------------------------------------------|----|-------------------------------------------|----|---------------------------------------------|----|-----------------------------------------|----|
| Morgunm. | Súrmjólk, kornfleks | | Hafragrautur, músli og súrmjólk | | Cherrios og koddar | | Kakó og ristað brauð | | Hafragrautur, músli og súrmjólk | |
| Hádegism. | Soðin ýsa, kartöflur gulrætur og rúgbrauð | | Lambagúllas, kartöflur og grænmeti | | Pasta, salatbar og brauð | | Tómatfiskur, kartöflur og grænmeti | | Svínahnakki og meðlæti | |
| | Mánudagur | 9 | Þriðjudagur | 10 | Miðvikudagur | 11 | Fimmtudagur | 12 | Föstudagur | 13 |
| Morgunm. | Súrmjólk, kornfleks | | Hafragrautur, músli og súrmjólk | | Cherrios og koddar | | Koddar og kornfleks | | Hafragrautur, músli og súrmjólk | |
| Hádegism. | Ofnbakaður, hrísgrjón og salat | | Hakk, spaghettý og meðlæti | | Skyr brauð og ávextir | | Nætursaltaður fiskur, kartöflur og rúgbrauð | | Steiktur kjúklingur og meðlæti | |
| | Mánudagur | 16 | Þriðjudagur | 17 | Miðvikudagur | 18 | Fimmtudagur | 19 | Föstudagur | 20 |
| Morgunm. | Súrmjólk, kornfleks | | Hafragrautur, músli og súrmjólk | | Cherrios og koddar | | Koddar og kornfleks | | Hafragrautur, músli og súrmjólk | |
| Hádegism. | Plokkfiskur, grænmeti og rúgbrauð | | Lasanja og nýbakað brauð | | Kartöflusúpa, brauð og ávextir | | Soðinn þorskur, kartöflur og grænmeti | | Soðið kjötfars, kál, kartöflur og rófur | |
| | Mánudagur | 23 | Þriðjudagur | 24 | Miðvikudagur | 25 | Fimmtudagur | 26 | Föstudagur | 27 |
| Morgunm. | Súrmjólk, kornfleks | | Hafragrautur, músli og súrmjólk | | Cherrios og koddar | | Koddar og kornfleks | | Hafragrautur, músli og súrmjólk | |
| Hádegism. | Pepperonifiskur | | Soðið slátur með kartöflum og uppstúf | | Grjónagrautur, brauð, grænmeti og ávextir | | Soðin bleikja | | Hlaðborð | |
| | Mánudagur | 30 | Þriðjudagur | 31 | Miðvikudagur | | Fimmtudagur | | Föstudagur | |
| Morgunm. | Súrmjólk, kornfleks | | Hafragrautur, músli og súrmjólk | | | | | | | |
| Hádegism. | Fiskiklattar, hrísgrjón, grænmeti og sósa | | Svínasnitsel, kartöflur, grænmeti og sósa | | | | | | | |