

# Janúar 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	Þriðjudagur	5	Miðvikudagur	6	Fimmtudagur	7	Föstudagur	8
Morgunm.								<b>Nýársdagur</b>	
Hádegism.								<b>Lokað</b>	
	Mánudagur	4	Þriðjudagur	5	Miðvikudagur	6	Fimmtudagur	7	Föstudagur
Morgunm.	Starfsdagur		Koddar og kornflex		Múslí, cherrios og súrmólk		Koddar og weetabix		Kornflex, cheerios og súrmjólk
Hádegism.	<b>Lokað</b>		Lasanja, grænmeti og hvítlauksbrauð		Skysúpa, brauð og ávextir		Steiktur fiskur, kartöflur og grænmeti		Folaldagúllas, kartöflumús og grænmeti
	Mánudagur	11	Þriðjudagur	12	Miðvikudagur	13	Fimmtudagur	14	Föstudagur
Morgunm.	Súrmjólk/kornfleks/múslí		Koddar og kornflex		Múslí, cherrios og súrmólk		Koddar og weetabix		Kornflex, cheerios og súrmjólk
Hádegism.	Soðin ýsa, kartöflur og grænmeti		Slátur, kartöflustappa og grænmeti		Fiskisúpa, brauð og ávextir		Mexíkóskur fiskréttur og grænmeti		Svínahnakki, kartöflubátar og meðlæti
	Mánudagur	18	Þriðjudagur	19	Miðvikudagur	20	Fimmtudagur	21	Föstudagur
Morgunm.	Súrmjólk/kornfleks/múslí		Koddar og kornflex		Múslí, cherrios og súrmólk		Koddar og weetabix		Kornflex, cheerios og súrmjólk
Hádegism.	Fiskibollur, kartöflur og grænmeti		Saltað hrossakjöt, kartöflur og jafningur		Tómatsúpa, brauð og ávextir		Soðin bleikja, kartöflur, rúgbrauð og grænmeti		Kjúklingaréttur, kartöflur og grænmeti
	Mánudagur	25	Þriðjudagur	26	Miðvikudagur	27	Fimmtudagur	28	Föstudagur
Morgunm.	Súrmjólk/kornfleks/múslí		Koddar og kornflex		Múslí, cherrios og súrmólk		Koddar og weetabix		Weetos og cheerios
Hádegism.	Fiskiklattar, kartöflur og grænmeti		Hlaðborð		Kjötsúpa og ávextir		Þorramatur		Kjötbollur, kartöflur og grænmeti