

Október matseðill

Daglega er boðið upp á eftirfarandi í:

Morgunmatur: mjólk, lýsi, og ávexti

Ávaxtastund: kl. 10:15 er boðið upp á ávexti, vatn og mjólk með matarminni máltíðum

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, egg, tómatar, kæfa, ostur, spægipylsa, skinka, pepperoni, mysingur og fleira. Einnig eru alltaf ávextir

Til tilbreytingar eru stundum bakaðar vöflur eða annað góðgæti.

	Mánudagur		Þriðjudagur		Miðvikudagur		Fimmtudagur	1	Föstudagur	2
Morgunm.							Súrmjólk, cherrios og músli		Hafragrautur og wheetabix	
Hádegism							Plokkfiskur, rúgbrauð og grænmeti		Kjúklingaleggir, kartöflubátar og grænmeti	
	Mánudagur	5	Þriðjudagur	6	Miðvikudagur	7	Fimmtudagur	8	Föstudagur	9
Morgunm.	Hafragrautur		Súrmjólk, Cheerios og músli		Súrmjólk, koddar og Weetabix		Kornflakes og súrmjólk		Cheerios og Wheetos	
Hádegism	Soðin bleikja, kartöflur og meðlæti		Pastaréttur og nýbakað brauð		Skyr, brauð og ávextir		Papríkufiskiréttur með hrísgrjónum og salati		Soðið slátur, kartöflur og rófur	
	Mánudagur	12	Þriðjudagur	13	Miðvikudagur	14	Fimmtudagur	15	Föstudagur	16
Morgunm.	Hafragrautur		Súrmjólk, Cheerios og músli				Kornflakes og súrmjólk		Cheerios og Wheetos	
Hádegism	Soðinn fiskur og kartöflur		Lambalæri og meðlæti		Starfsdagur		Kindabjúgu, kartöflur og uppstúfur		Grænmetissúpa og brauð	
	Mánudagur	19	Þriðjudagur	20	Miðvikudagur	21	Fimmtudagur	22	Föstudagur	23
Morgunm.	Hafragrautur		Súrmjólk, Cheerios og músli		Súrmjólk, koddar og Weetabix		Kornflakes og súrmjólk		Cheerios og Wheetos	
Hádegism	Ítalskur fiskiréttur, kartöflur og salat		Steiktur kjúklingur og kartöflubátar		Pintóbaunasúpa og brauð		Steiktur fiskur, kartöflur og grænmeti		Sætsúrt svínagúllas og hrísgrjón	
	Mánudagur	26	Þriðjudagur	27	Miðvikudagur	28	Fimmtudagur	29	Föstudagur	30
Morgunm.	Hafragrautur		Súrmjólk, Cheerios og músli		Súrmjólk, koddar og Weetabix		Kornflakes og súrmjólk		Cheerios og Wheetos	
Hádegism	Fiskiklattar, kartöflur og meðlæti		Kjötbollur, kartöflumus og grænmeti		Tómatlauksúpa og brauð		Flögufiskur og kartöflur			