

Janúar matseðill

Daglega er boðið upp á eftirfarnadi í:

Morgunmat: Mjólk, lýsi og ávexti

Ávaxtastund: kl. 10:30-10:45 er boðið upp á ávexti og/eða ferskt grænmeti

Í hádegismat: grænmeti ýmist ferskt eða soðið, vatn og mjólk með matarminni máltíðum

Seinnipartskaffi: Gróft brauð heimabakað eða úr bakaríinu, rúgbrauð, hrökkbrauð eða flatbrauð, mismunandi tegundir af áleggi s.s. gúrku, egg, tómata, kæfu, ost, spægipylsu, skinku, pepperoni, mysing og fleira. Einnig fá þau alltaf ávexti.

Til tilbreytinga eru stundum bakaðar vöflur, lummur eða snúðar

	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	1	Fimmtudagur	2	Föstudagur	3
Morgunm.					Cherios, vitos, mjólk		Hafragrautur, mjólk og brauð	
Hádegism.			Lokað		Naggar, hrísgrjón og meðlæti		Pastaréttur ný bakað brauð og grænmeti	
	Mánudagur	6 Þriðjudagur	7 Miðvikudagur	8	Fimmtudagur	9	Föstudagur	10
Morgunm.	Súrmjólk, kornfleks og muslí	Hafragrautur, brauð	Súrmjólk, cherios og koddar		Kakó, ristað brauð og piparkökur		Hafragrautur, mjólk og brauð	
Hádegism.	Soðinn fiskur, rúgbrauð og gulrætur	Hakk, spaghetí og brauð	Slátur, kartöflur, jafningur		Steiktur fiskur, kartöflur og grænmeti		karrýlamba-potrrettur, hrísgrjón og nýbakað brauð	
	Mánudagur	13 Þriðjudagur	14 Miðvikudagur	15	Fimmtudagur	16	Föstudagur	17
Morgunm.	Súrmjólk, muslí og cherios	Hafragrautur, brauð	Mjólk, koddar og kornfleks		Súrmjólk, witabix, kornfleks		Hafragrautur, mjólk og brauð	
Hádegism.	Fiskibollur	Kjúklingaleggir, kartöflubáta og grænmeti	Grjónagrautur, brauð, álegg, grænmeti og ávextir		Ofnbakaður fiskur með hrísgrjónum og karrý		Svínahnakki, kartöflur, meðlæti og grænmeti	
	Mánudagur	20 Þriðjudagur	21 Miðvikudagur	22	Fimmtudagur	23	Föstudagur	24
Morgunm.	Súrmjólk kotta og músli	Hafragrautur/brauð	Mjólk kornfleks og cherios		Súrmjólk með bragðefni/cherios		Hafragrautur, mjólk og brauð	
Hádegism.	Soðinn fiskur, rúgbrauð og gulrætur	Kjötbollur, kartöflur og sósa	Kjötsúpa og brauð		Fiskiklattar með kartöflum og grænmeti		Margréttað - afgangar og það sem lítið er til af í kistunni	
	Mánudagur	27 Þriðjudagur	28 Miðvikudagur	29	Fimmtudagur	30	Föstudagur	31
Morgunm.	Súrmjólk, kornfleks og koddar	Hafragrautur, brauð	Mjólk, cherios og músli		Súrmjólk, spésialK, rice krispie		Hafragrautur, mjólk og brauð	
Hádegism.	Plokkfiskur, kartöflur rúgbrauð og grænmeti	Folaldagúllas, kartöflur og grænmeti	Skyr, brauð, álegg, grænmeti og ávextir		Steikt bleikja með kartöflum og grænmeti		Þorrablót	