

# September matseðill

## Daglega er boðið upp á eftirfarandi:

**Morgunmatur:** mjólk og lýsi.

**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, kjótálegg, mysingur og fleira. Einnig er alltaf boðið upp á ávexti. Til tilbreytingar eru stundum bakaðar vöflur eða annað góðgæti.

	Mánudagur		Þriðjudagur	1	Miðvikudagur	2	Fimmtudagur	3	Föstudagur	4
Morgunm.			Cheerios og Wheatos		Cherrios og koddar		Súrmjólk, cherrios og múslí		Hafragrautur og wheetabix	
Hádegism.			Sætsúrt lambagúllas, hrísgrjón og grænmeti		Fiskisúpa, brauð og ávextir		Steiktur þorskur, kartöflur og grænmeti		Kjötfarsbollur og meðlæti	
	Mánudagur	7	Þriðjudagur	8	Miðvikudagur	9	Fimmtudagur	10	Föstudagur	11
Morgunm.	Hafragrautur og wheetabix		Súrmjólk, kornfleks og múslí		Cherrios og koddar		Súrmjólk, cherrios og múslí		Hafragrautur og wheetabix	
Hádegism.	Soðin lúða, kartöflur og grænmeti		Svínasnitzel og meðlæti		Skyr, brauð og ávextir		Steiktur silungur, hrísgrjón og meðlæti		Hakk, spagetti og meðlæti	
	Mánudagur	14	Þriðjudagur	15	Miðvikudagur	16	Fimmtudagur	17	Föstudagur	18
Morgunm.	Hafragrautur og wheetabix		Súrmjólk, kornfleks og múslí		Cherrios og koddar		Súrmjólk, cherrios og múslí		Starfsdagur	
Hádegism.	Soðinn þorskur og kartöflur		Lasanja, brauð og meðlæti		Kjötsúpa, brauð og ávextir		Lúða, kartöflur og meðlæti		<b>Lokað</b>	
	Mánudagur	21	Þriðjudagur	22	Miðvikudagur	23	Fimmtudagur	24	Föstudagur	25
Morgunm.	Hafragrautur og wheetabix		Súrmjólk, kornfleks og múslí		Cherrios og koddar		Súrmjólk, cherrios og múslí		Hafragrautur og wheetabix	
Hádegism.	Steiktur þorskur með kartöflum og grænmeti		Ungverskt gúllas, kartöflumús og meðlæti		Sveppasúpa, brauð og ávextir		Fiskréttur, hrísgrjón og grænmeti		Svínakótilettur og meðlæti	
	Mánudagur	28	Þriðjudagur	29	Miðvikudagur	30	Fimmtudagur	1	Föstudagur	2
Morgunm.	Hafragrautur og wheetabix		Súrmjólk, kornfleks og múslí		Cherrios og koddar		Súrmjólk, cherrios og múslí		Hafragrautur og wheetabix	
Hádegism.	Soðinn fiskur og kartöflur		Buff, kartöflur og grænmeti		Grjónagrautur, brauð og ávextir		Plokkfiskur, rúgbrauð og grænmeti		Kjúklingaleggir, kartöflubátar og grænmeti	