

# September matseðill

## Daglega er boðið upp á eftirfarandi:

**Morgunmatur:** mjólk og lýsi.

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

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

**Nónhressing:** Gróft brauð, heimabakað eða úr bakaríinu, rúgbrauð, hrökkbrauð eða flatbrauð. Mismunandi tegundir af áleggji s.s. gúrka, tómatur, kæfa, ostur, kjötálegg, mysingur og fleira. Einnig er alltaf boðið upp á ávexti.

	Mánudagur		Þriðjudagur		Miðvikudagur	1	Fimmtudagur	2	Föstudagur	3
Morgunm.					Cheerios, mjólk og súrmjólk		Kornflakes, múslí og súrmjólk		Weetos, Cheerios og mjólk	
Hádegism.					Galdrasúpa úr garðinum og nýbakað brauð		Steiktur fiskur, kartöflur og grænmeti		Kjötbollur, kartöflur og grænmeti	
	Mánudagur	6	Þriðjudagur	7	Miðvikudagur	8	Fimmtudagur	9	Föstudagur	10
Morgunm.	Koddar og mjólk		Súrmjólk, kornfleks og múslí		Cheerios, mjólk og súrmjólk		Kornflakes, múslí og súrmjólk		Weetos, Cheerios og mjólk	
Hádegism.	Fiskréttur, grænmeti og bygg		Steikt lambalæri, rauðkál og baunir		Kjötsúpa og nýbakað brauð		Lax, kartöflur og grænmeti		Lasagne og hvítlauksbrauð	
	Mánudagur	13	Þriðjudagur	14	Miðvikudagur	15	Fimmtudagur	16	Föstudagur	17
Morgunm.	Koddar og mjólk		Hafragrautur og rúsínur		Cheerios, mjólk og súrmjólk		Kornflakes, múslí og súrmjólk		Weetos, Cheerios og mjólk	
Hádegism.	Soðinn fiskur, kartöflur og grænmeti		Kókoslambagúllas, hrísgrjón og grænmeti		Suðræn hakksúpa og nýbakað brauð		Steiktur fiskur, kartöflur og grænmeti		Krakkur elda	
	Mánudagur	20	Þriðjudagur	21	Miðvikudagur	22	Fimmtudagur	23	Föstudagur	24
Morgunm.	Koddar og mjólk		Hafragrautur og rúsínur		Cheerios, mjólk og súrmjólk		Kornflakes, múslí og súrmjólk		Weetos, Cheerios og mjólk	
Hádegism.	Plokkfiskur og rúgbrauð		Svínakótilettur og steikt meðlæti		Fiskisúpa og nýbakað brauð		Steiktur kjúklingur og kartöflubátar		Kosningasúpa og nýbakað brauð	
	Mánudagur	27	Þriðjudagur	28	Miðvikudagur	29	Fimmtudagur	30		
Morgunm.	Koddar og mjólk		Hafragrautur og rúsínur		Cheerios, mjólk og súrmjólk		Kornflakes, múslí og súrmjólk			
Hádegism.	Soðinn fiskur, rúgbrauð og grænmeti		Hakk og spaghetti		Hrísgrjónagrautur, rúsínur og smurt brauð		Steiktur fiskur, kartöflur og grænmeti			