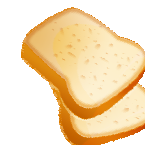
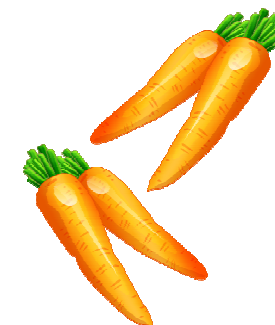




Matsedill Hulduheima—okt. 2013



Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
30. Gufusodín ýsa, kartöflur, sodid grænmeti, heimabakað rúgbrauð	1. Hakkréttur ,kartöflur, ferskt salat	2. Fiskibollur, brún sósa, kartöflur, ferskt salat ferst salat	3. Skyr, heimabakað brauð, álegg, grænmeti	4. Frí, haustþing
7. Gufusodín ýsa, kartöflur, sodid grænmeti, heimabakað rúgbrauð	8. Pasta með beikoni, skinku, grænmeti, brauðteningum , salat	9. Karryfiskur, hrísgrjón, ferskt salat	10. Íslensk kjötsúpa með öllu tilheyrandi	11. Hrísgrjónagrautur, heimabakað brauð, álegg, grænmeti
14. Gufusodín ýsa, kartöflur, sodid grænmeti, heimabakað rúgbrauð	15. Grænmetisbuff, hrísgrjón, sósa , ferskt salat	16. Heimalagað fiskfars, kartöflur, ferskt salat	17. Latabæjarbuff, sósa, kartöflur, ferskt salat	18. Skyr, heimabakað brauð ,álegg grænmeti
21. Gufusodín ýsa, kartöflur, sodid grænmeti, heimabakað rúgbrauð	22. Ítölsk grænmetissúpa heimabakað brauð, álegg	23. Plokkfiskur, heimabakað rúgbrauð, ferskt salat	24. Kjúklingapottréttur, hrísgrjón, ferskt salat	25. Hrísgrjónagrautur, brauð, álegg, grænmeti
28. Gufusodín ýsa, kartöflur, sodidgrænmeti, heimabakað rúgbrauð	29. Súrsætur pottréttur, hrísgrjón, ferskt salat	30. Fiskisúpa, brauð, álegg,grænmeti	31. Slátur, sodnar rófur og kartöflumús	1. Linsubaunabolognese, brauð, ferskt salat
Morgunmat 8.10-8.35				
Súrmjólk, Cheerios, púðursykur, mjólk	Hafragrautur, rúsínur, mjólk	Hafragrautur, rúsínur, mjólk	Ristað brauð, smjör, ostur, mjólk	Hafragrautur, rúsínur, mjólk
Kaffitími 14.30-15.00				
Ristað brauð, álegg, léttmjólk ávöxtur/grænmeti	Skólabrauð, álegg, léttmjólk, ávöxtur/grænmeti	Heimabakað brauð, álegg, léttmjólk, ávöxtur/grænmeti	kraftbrauð, álegg, léttmjólk, ávöxtur/grænmeti	Brauð/hrökkbrauð, álegg, léttmjólk, ávöxtur/grænmeti



Alla morgna fá börnin lýsi með morgunmat og svo ávexti í ávaxtastund

Með fyrirvara um breytingar