

Matseðill

Grænmetis og/eða ávaxtabar er alltaf í boði fyrir þá sem eru í mataráskrift

október2026	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
1-2				Skipulagsdagur	Blómkálssúpa og Grófarbrauð-bollur
5-9	Nautagúllas Kartöflumús og Bakaðir Tómatar	Fiskur í Fjölkornaraspi, Hrásalat, Kartöflur og Hvítlaukssósa	Hakkabuff, Kartöflur, Brúnsósa og steiktur laukur	Soðin Ýsa, Kartöflur, grænmeti, smjör og Tómatsósa	Grjónagrautur og Lifrapylsa
12-16	Grísakjöt í Súrsætirsósu Icebergsalat og Hrisgrjón	Bleikja, Kartöflur, grænmeti og Spínatsósa	Kjúklingur í Pankó kartöflur og Sveppasósa	Plokkfiskur, Icebergsalat og Rúgbrauð	Paprikusúpa og Grófarbrauð-bollur
19-23	Grænmetibuff, bygg og Paprikusósa	Ofnbökuð Langa, Kryddaðar Kartöflur og jógúrtsósa	Kjötbollur og Spaghetti í tómatabasil sósu	Fiskréttur með hrisgrjónum og grænmeti	Skyr og flatkökur
26-30	BBQ kjúklingur Broccolisalat og Sætarkartöflur	Fiskibollur, Hrisgrjón og Karrýsósa	Lasagna og Jöklasalat	Soðin ýsa, smælki, grænmeti, lauksmjör og tómatsósa	'Hræðilegur' Grjónagrautur og Lifrapylsa

* Við notum heilhveiti pasta og spaghetti

* Við áskiljum okkur rétt til að breyta matseðli ef þörf er á