

## Matseðill fyrir ágúst og september 2017

<b>Mánudagur</b>	<b>Þriðjudagur</b>	<b>Miðvikudagur</b>	<b>Fimmtudagur</b>	<b>Föstudagur</b>
<b>21.ágú</b>	<b>22.ágú</b>	<b>23.ágú</b>	<b>24.ágú</b>	<b>25.ágú</b>
			Steiktir fiskifingur með soðnum kartöflum	Kjúklingaleggir með ofnsteiktum kartöflum, salatbar og kokkteilssósu
			remúlaði og blönduðu salati	Ávextir
			Mjólk/vatn	Vatn
<b>28.ágú</b>	<b>29.ágú</b>	<b>30.ágú</b>	<b>31.ágú</b>	<b>1.sep</b>
Soðinn saltfiskur með kartöflum, rófum, rúgbrauði og tómatsósu/feiti	Tortilla með nautahakki, ostasósu og salsasósu og salatbar	Grjónagrautur með slátri og brauðsneið með skinku	Ofnsteikt ýsa í orly með kartöflum, blönduðu salati og hvítlaukssósu	Grísnitsel með kartöflum, brúnni sósu og blönduðu grænmeti
Ávextir	Ávextir	Ávextir	Ávextir	Ávextir
Mjólk/Vatn	Vatn	Mjólk/vatn	Mjólk/vatn	Vatn
<b>4.sep</b>	<b>5.sep.</b>	<b>6.sept.</b>	<b>7.sep</b>	<b>8.sept.</b>
Soðinn ýsa með kartöflum, gulrótum og rúgbrauði	Lambakarrýgúllas með hrísgrjónum og soðnu grænmeti	Grænmetisbuff með kaldri sósu, hrísgrjónum og grænu salati	Plokkfiskur með rúgbrauði og agúrkusalati	Steiktar kjötbollar með lauksósu, kartöflum, grænum baunum og rauðkáli
feiti/tómatsósu	Ávextir	Ávextir	Ávextir	
Ávextir/mjólk/vatn	Vatn	Vatn	Mjólk/Vatn	Ávextir/Vatn
<b>11.sept.</b>	<b>12.sept.</b>	<b>13.sept.</b>	<b>14.sept.</b>	<b>15.sept.</b>
Bakaður lax með kaldri sósu, soðnum kartöflum,	Nautastroganoff með kartöflumús og gufusoðnu grænmeti	Tvær tegundir af skyri með blönduðum ávöxtum og brauðsneið með osti	Ýsa í raspi með soðnum kartöflum	Nautakjöts Lasagne með brauði og salatbar
remúlaði og blönduðu salati	Ávextir	Ávextir	remúlaði og blönduðu salati	Ávextir
Ávextir/vatn	Vatn	Vatn	Ávextir/vatn	Vatn
<b>18.sept.</b>	<b>19.sept.</b>	<b>20.sept.</b>	<b>21.sept.</b>	<b>22.sept.</b>
Nætursöltuð ýsa með kartöflum, rófum, feiti/tómatsósu og rúgbrauði	Kjúklingur Tikka Masala með hýðisgrjónum, Nan brauði og spínatsalati	Íslensk kjötsúpa með brauðbollu	Steiktar fiskibollar með karrýsósu og hrísgrjónum	Grillaður grísahnakki með steiktum kartöflum, blómkáli og brúnni sósu
Ávextir/mjólk/vatn	Ávextir	Ávextir	Ávextir /Vatn	Ávextir
	Vatn	Vatn		Vatn
<b>25.sept.</b>	<b>26.sept.</b>	<b>27.sept.</b>	<b>28.sept.</b>	<b>29.sept.</b>
Starfsdagur	Súrsætur grísapotrétur með hrísgrjónum, blómkáli og gulrótum	Kjúkingapasta með spínatsalati, brauði og carbonarasósu	Bökuð ýsa með soðnum kartöflum, soðnu blómkáli og spergilkáli	Kalkúnabollar með blönduðum bygg-og hrísgrjónum, kormasósu og spínati
	Ávextir	Ávextir		Ávextir /Vatn
	Vatn	Mjólk/Vatn		
<b>Grænmeti og ávextir fylgja öllum mat</b>			<b>Réttur áskilinn til breytinga</b>	
<b>Salatbar gæti innihaldið : jöklasalat, agúrkúr, tómata, paprikur og þurrkaða ávexti</b>				