

Október matseðill

Daglega er boðið upp á eftirfarandi í:

Morgunmat: mjólk, lýsi, og ávexti

Ávaxtastund: kl. 10:15 er boðið upp á ávexti, vatn og mjólk með matarminni máltíðum

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, egg, tómatar, kæfa, ostur, spægipylsa, skinka, pepperoni, mysingur og fleira. Einnig eru alltaf ávextir

Til tilbreytingar eru stundum bakaðar vöflur eða annað góðgæti.

	Mánudagur	Priðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	1 Föstudagur	2
Morgunm.				Kornflakes og súrmjólk	Cheerios og Wheetos	
Hádegism.				Steiktur þorskur með kartöflum	Svínakótilettur og kartöflur	
	Mánudagur	5 Priðjudagur	6 Miðvikudagur	7 Fimmtudagur	8 Föstudagur	9
Morgunm.	Súrmjólk, Cheerios og músli	Hafragrautur	Súrmjólk, koddar og Weetabix	Kornflakes og súrmjólk	Cheerios og Wheetos	
Hádegism.	Soðin bleikja, kartöflur og meðlæti	Soðið slátur, kartöflur og rófur	Pintóbaunasúpa og brauð	Papríkufiskiréttur með hrísgrjónum og salati	Pastaréttur og nýbakað brauð	
	Mánudagur	12 Priðjudagur	13 Miðvikudagur	14 Fimmtudagur	15 Föstudagur	16
Morgunm.	Súrmjólk, Cheerios og músli	Hafragrautur		Kornflakes og súrmjólk	Cheerios og Wheetos	
Hádegism.	Soðinn fiskur og kartöflur	Lambalæri og meðlæti	Starfsdagur	Kindabjúgu, kartöflur og uppstúfur	Grænmetissúpa og brauð	
	Mánudagur	19 Priðjudagur	20 Miðvikudagur	21 Fimmtudagur	22 Föstudagur	23
Morgunm.	Súrmjólk, Cheerios og músli	Hafragrautur	Súrmjólk, koddar og Weetabix	Kornflakes og súrmjólk	Cheerios og Wheetos	
Hádegism.	Ítalskur fiskiréttur, kartöflur og salat	Steiktur kjúklingur og kartöflubátar	Kakósúpa og tvíbökur	Steiktur fiskur, kartöflur og grænmeti	Sætsúrt svínagúllas og hrísgrjón	
	Mánudagur	26 Priðjudagur	27 Miðvikudagur	28 Fimmtudagur	29 Föstudagur	30
Morgunm.	Súrmjólk, Cheerios og músli	Hafragrautur	Súrmjólk, koddar og Weetabix	Kornflakes og súrmjólk	Cheerios og Wheetos	
Hádegism.	Plokkfiskur og kartöflur	Kjötbollur og kartöflur	Tómatlauksúpa og brauð	Flögufiskur og kartöflur		

Í seinnipartskaffinu fá börnin brauð, gróft hrökkbrauð eða flatbrauð, mismunandi tegundir af áleggi og ávextir

Fiskur

Kjöt

súpa/grautur/skyr