

Janúar matseðill

Daglega er boðið upp á eftirfarnadi í:

Morgunmat: Mjólk, lýsi og ávexti

Ávaxtastund: kl. 10:30-10:45 er boðið upp á ávexti og/eða ferskt grænmeti

Í hádegismat: grænmeti ýmist ferskt eða soðið, vatn og mjólk með matarminni máltíðum

Seinnipartskaffi: Gróft brauð heimabakað eða úr bakaríinu, rúgbrauð, hrökkbrauð eða flatbrauð, mismunandi tegundir af áleggi s.s. gúrku, egg, tómata, kæfu, ost, spægipylsu, skinku, pepperoni, mysing og fleira. Einnig fá þau alltaf ávexti.

Til tilbreytinga eru stundum bakaðar vöflur, lummur eða snúðar

	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	1	Fimmtudagur	2	Föstudagur	3		
Morgunm.					Cherios, vitos, mjólk		Hafragrautur, mjólk og brauð			
Hádegism.			Lokað		Naggar, hrísgrjón og meðlæti		Pastaréttur ný bakað brauð og grænmeti			
	Mánudagur	6	Þriðjudagur	7	Miðvikudagur	8	Fimmtudagur	9	Föstudagur	10
Morgunm.	Súrmjólk, kornfleks og muslí		Hafragrautur, brauð		Súrmjólk, cherios og koddar		Kakó, ristað brauð og piparkökur		Hafragrautur, mjólk og brauð	
Hádegism.	Soðinn fiskur, rúgbrauð og gulrætur		Hakk, spaghetí og brauð		Slátur, kartöflur, jafningur		Steiktur fiskur, kartöflur og grænmeti		karrýlamba-potrrettur, hrísgrjón og nýbakað brauð	
	Mánudagur	13	Þriðjudagur	14	Miðvikudagur	15	Fimmtudagur	16	Föstudagur	17
Morgunm.	Súrmjólk, muslí og cherios		Hafragrautur, brauð		Mjólk, koddar og kornfleks		Súrmjólk, witabix, kornfleks		Hafragrautur, mjólk og brauð	
Hádegism.	Fiskibollur		Kjúklingaleggir, kartöflubáta og grænmeti		Grjónagrautur, brauð, álegg, grænmeti og ávextir		Ofnbakaður fiskur með hrísgrjónum og karrý		Svínahnakki, kartöflur, meðlæti og grænmeti	
	Mánudagur	20	Þriðjudagur	21	Miðvikudagur	22	Fimmtudagur	23	Föstudagur	24
Morgunm.	Súrmjólk kotta og músli		Hafragrautur/brauð		Mjólk kornfleks og cherios		Súrmjólk með bragðefni/cherios		Hafragrautur, mjólk og brauð	
Hádegism.	Soðinn fiskur, rúgbrauð og gulrætur		Kjötbollur, kartöflur og sósa		Kjötsúpa og brauð		Fiskiklattar með kartöflum og grænmeti		Margréttá - afgangar og það sem lítið er til af í kistunni	
	Mánudagur	27	Þriðjudagur	28	Miðvikudagur	29	Fimmtudagur	30	Föstudagur	31
Morgunm.	Súrmjólk, kornfleks og koddar		Hafragrautur, brauð		Mjólk, cherios og músli		Súrmjólk, spésialK, rice krispie		Hafragrautur, mjólk og brauð	
Hádegism.	Plokkfiskur, kartöflur rúgbrauð og grænmeti		Folaldagúllas, kartöflur og grænmeti		Skyr, brauð, álegg, grænmeti og ávextir		Steikt bleikja með kartöflum og grænmeti		Þorrablót	