

Matseðill

Mars 2023

Dags.	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
01.–03. mars			Kalkúnabollur, sætar kartöflur, köld sósa	porskur, karrysósa, hýðishrísgrión	Skyr, rjómalanda, brauð m/áleggi
06.–10. mars	Sjórnæingjasúpa með hakk, kartöflum grænmeti og brauði	Soðin ýsa, kartöflur, rúgbrauð	Lambagúllas í brúnni sósu, grænmeti, kartöflur	Blómkáls-ostabuff, bygg, kaldar sósur	Lasagne, gróft brauð
13.–17. mars	Sætkartöflubuff, bulgur, jógúrtsósa	Fiskborgari, brauð, franskur, kokteilsósa	Kjúklíngaleggir, kartöflur, kokteilsósa	Fiskibollur, kartöflur, smjörsósa	Pylsupartý, pylsa með öllu
20.–24. mars	Hrísgriónagrautur, kanilsykur, mjólk, slátur, brauð m/áleggi	Ýsa í raspi, ofnbakaðar kartöflur, remúlaði	Kalkúnalæri, kartöflur, brún sósa	Grænmetisbollur, bulgur, jógúrtsósa	Skólastjórásúpa, kjúklingur, grænmeti, gróft brauð
27.–31. mars	Blómkálssúpa, gróft brauð	Fiskiklattar, kartöflur, kaldar sósur	Grísasnitsei í raspi, kartöflur, brún sósa	Plokkfiskur, rúgbrauð	Beikonbollur, súrsæt sósa, hrísgrión

Grænmetis- og ávaxtabar með öllum máltíðum

Matseðillinn getur breyst án fyrirvara

Grænkeran (vegan) matseðill

Mars 2023

Dags.	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
01.–03. mars			Vegan kjötbollur, sætar kartöflur, sósa	Kjúklingabaunakarrý, hýðishrísgrjón	Vegan hrísgrjónagrautur, kanilsykur
06.–10. mars	Sjóæringjasúpa með kjötlífi, kartöflur, grænmeti, brauð	Marakóskur réttur, kjúklingabaunir, grænmeti	Chili con kínoa, svartar baunir, sojaprótein	Blómkáls-ostabuff, bygg, kaldar sósur	Grænmetislasagna, gróft brauð
13.–17. mars	Sætkartöflubuff, bulgur, jógúrtsósa	Grænmetisbuff, ofnbakaðar kartöflur	Grænmetisnaggur, kartöflur, kokteilsósa	Grænmetisbollur, kartöflur, sósa	Bulsuparty, bulsa með öllu
20.–24. mars	Vegan hrísgrjónagrautur, kanilsykur	Blómkálsgratín, kartöflur, kjúklingabaunir	Grænmetisnitset, kartöflur, sósa	Grænmetisbollur, bulgur, gúrkusósa	Skólastjórasúpa, kjúklingabaunir, grænmeti, gróft brauð
27.–31. mars	Blómkálssúpa, gróft brauð	Grænmetisréttur	Grænmetisnitset, hrísgrjón, súrsæt sósa	Grænmetislasagna, gróft brauð	Vegan kjötbollur, hrísgrjón, súrsæt sósa

Grænmetis- og ávaxtabar með öllum máltíðum

Matseðillinn getur breyst án fyrirvara