

Matseðill fyrir



Mán	Þri	Mið	Fim	Fös
03 Bolludagur Kjöttbollur með kartöflumús og brúnni sósu	04 Sprengidagur Saltkjöt, rófustappa og uppstúfur	05 Öskudagur Hamborgarar	06 Tempura fiskur með snælki	07 Kjöt í karrí með hrísgrjónum
10 Kjúklingaleggir með smælki	11 Þorskur með karrísósu og hrísgrjónum	12 Skipulagsdagur	13 Fiskibollur með kartöflum	14 Spaghetti bolognese með hvítlauksbrauði
17 Piri piri kjúklingur með hrísgrjónum	18 Soðin ýsa með kartöflum	19 Grjónagrautur með slátri og smurðu brauði	20 Fiskur í raspi með kartöflum	21 Nautagúllas með kartöfumús og brúnni sósu
24 Ostabuff með hrísgrjónum og kaldri sósu	25 Bleikja með cous cous og sítrónu sósu	26 Blómkálssúpa með súpubrauði	27 Plokkfiskur	28 Lasagna með hvítlauksbrauði
31 Grísastrimlar með hrísgrjónum og súrsætri sósu				

Birt með fyrirvara um breytingar

Matseðill fyrir grænkeru



Mán	Þri	Mið	Fim	Fös
03 Bolludagur Grænmetisbollur með kartöflum og brúnni sósu	04 Sprengidagur Brokkoli buff með rófustappu	05 Öskudagur Hamborgarar	06 Vorrúllur með snælki	07 Karrí með hrísgrjónum
10 Vegan bitar með smælki	11 Indveskar pönnukökur með karrísósu og hrísgrjónum	12 Skipulagsdagur	13 Sætkartöfluibollur með kartöflum	14 Spaghetti maranara með hvítlauksbrauði
17 Piri piri Blómkál með hrísgrjónum	18 Baunabuff með kartöflum	19 Grjónagrautur með smurðu brauði	20 Vegan snitzel með kartöflum	21 Gúllas með kartöfumús og brúnni sósu
24 Blómkáls og brokkoli naggar með hrísgrjónum og kaldri sósu	25 Grænkálsbuff með cous cous og sítrónu sósu	26 Blómkálssúpa með súpubrauði	27 Pottréttur	28 Grænmetislasagna með hvítlauksbrauði
31 Gænmetisstrimlar með hrísgrjónum og súrsætri sósu				

Birt með fyrirvara um breytingar

