

## Matseðill fyrir október

	1-4 október	7-11 október	14-18 október	21-25 október	28-1 október
Mánudagur		Soðin fiskur m/grænmeti, kartöflum og rúgbrauði	Soðin fiskur, grænmeti, kartöflur og rúgbrauð	Plokkfiskur m/kartöflum, grænmeti og rúgbrauði	Soðin fiskur m/kartöflum og grænmeti
Þriðjudagur	Lasagne m/grænmeti	Hakkréttur m/grænmeti	Pasta m/skinu og grænmeti	Slátur m/kartöflum, rófum, gulrætum og jafningi	Kjöt og súpa
Miðvikudagur	Ofnbakaður fiskur m/kartöflum og grænmeti	Fiskréttur Andreu m/kartöflum og grænmeti	Fiskborgarar m/kartöflum og grænmeti	Bleikja m/kartöflum og grænmeti	Steiktur fiskur í raspi, kartöflur og grænmeti
Fimmtudagur	Kjöt í karrýsósu m/kartöflum og grænmeti	Svið kartöflur, jafningur og rófustappa	Kjúklingur m/kartöflum og grænmeti	Steikt hjörtu m/ kartöflum og grænmeti	Ýmisr réttir
Föstudagur	Matarmikil grænmetissúpa og nýbakaðar bollur	Súpa og brauð m/ áleggi	Skyr og brauð	Mjólkur-grautur og slátur	Píta m/hakki og grænmeti