

## Matseðill nóvember 2019

		Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
	1. nóvember					Jógúrt, brauð og ávextir
	4-8. nóvember	Soðin lax, kartöflur, brúnsósa og tómatar	Kjötbollur, kartöflur, brúnsósa og tómatar	Soðin fiskur, kartöflur og gúrka	Snitsel, kartöflur, rauðkál, baunir og brún sósa	Pastaréttur
	11-15. nóvember	Steiktur fiskur, kartöflur og paprika	<u>Val</u>	Fiskbollur, kartöflur og tómatar	Kjúklingur, kartöflubátar og salat	Kjúklingasúpa
	18-22. nóvember	Gufusoðin fiskur, kartöflur og tómatar	Slátur, kartöflur og rófur	Fiskirönd, kartöflur og salat	Lambalæri, kartöflur og ávextasalat	Grjónagrautur og slátur
	25-29. nóvember	Karrýfikur, hrisgrjón og gúrka	Hakk, spaghetti og tómatar	Plokkfiskur, rúgbrauð og gufusoðiðgrænmeti	Svikinhéri, kartöflumús og salat	

