

Matseðill október 2020



		Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
	1.- 2. okt				Svikinn héri og kartöflumús	Súpa og langlokur
	5.-9. okt	Soðinn fiskur, kartöflur og gúrka	Hakk, spagettí og tómatar	Steiktur fiskur, kartöflur og salat	Snitsetl, kartöflur, rauðkál og baunir	Skyr, brauð og ávextir
	12.-16. okt	Gufusoðinn fiskur, kartöflur, paprika	Kalkúnabollur, hrísgrjón, súrsæt sósa, tómatar og ananas	Skipulagsdagur	Steikt læri, brúnaðar kartöflur og fustasalat	Grænmetissúpa og brauð
	19.-23. okt	Karrý mangó silungur, hrísgrjón og tómatar	Val - 2016 árg	Plokkfiskur, kartöflur, gulrætur og rúgbrauð	Saltkjöt, kartöflur, rófur, blómkál og jafningur	Grjónagrautur og slátur
	26.-30. okt	Fiskibollur, kartöflur og gúrka	Kjötbollur, kartöflur og gufusoðin grænmeti	Gufusoðinn fiskur, kartöflur og tómatar	Kjúklingur, kartöflubátar og eplasalat	Pítur m. kjúkling og grænmeti

