



Matseðill október 2025



	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
1.-3. okt			Steiktur fiskur, kartöflur, kál, tómatar og gúrka	Kjöt í karrý, hrísgrjón og soðnar rófur	Pastaréttur
6.-10. okt	Nætursaltaður fiskur, kartöflur, brætt smjör, rúgbrauð og soðnar rófur	Kjötbollur, kartöflur, salat, brún sósa og rabbabarasulta	Fiskiréttur með hrísgrjónum og salat	Lasagne, kartöflustappa og ferskt grænmeti	Grjónagrautur og slátur
13.-17. okt	Skipulagsdagur	Matur að vali barna	Plokkfiskur, rúgbrauð, tómatar og gúrka	Kjötsúpa	Súpa og brauð
20.-24. okt	Gufusoðinn fiskur, kartöflur, brætt smjör og ferskt grænmeti	Gúlassúpa	Steiktur fiskur, kartöflur og soðið grænmeti	Kjúklingur, kartöflubátar, salat og heit sósa	Tortillur með kjúklingi og grænmeti
27.-31. okt	Fiskibollur, kartöflur, soðið grænmeti og karrýsósa	Hakk, spaghetí, ferskt salat og hvítlauksbrauð	Nætursaltaður fiskur, kartöflur, brætt smjör, rúgbrauð og soðnar rófur	Bayonskinka, kartöflur, grænar baunir, maískorn, rauðkál og brún sósa	Skyr og brauð



