Matseðill Janúar 2020

		Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
	2-3. Janúar				Hálfur starfsdagur Steiktur fiskur, kartöflur og salat.	Grjónagrautur og slátur.
	6-10. Janúar	Soðin fiskur, kartöflur og grænmeti.	**VAL**	Fiskur í raspi, kartöflur og gúrka.	Kalkúnabollur, hrísgrjón, parprika og súrsæt sósa.	Grænmetissúpa og brauð.
	13-17. janúar	Plokkfiskur, rúgbrauð, kartöflur og gulrætur.	Kjöt í karrý, hrísgrjón og tómatar.	Gufusoðin fiskur, kartöflur og gúrka.	Lasagna, hrísgrjón, gúrka og tómatar.	Skyr, brauð og ávextir.
	20-24. janúar	Lax m/mangósultu, kartöflur og tómatar.	Gúllassúpa, brauð og ávextir.	Gufusoðin fiskur, kartöflur og gúrka.	Kjúklingur, kartöflubátar og eplasalat.	**Þorrablót**
	27-31. janúar	Karrýfiskur, hrísgrjón og tómatar.	Kjötsúpa	Gufusoðin fiskur (nætursaltaður), kartöflur og rófur.	Snitsel, kartöflur, rauðkál og baunir.	Pasta með kjötsósu, gúrka og paprika.