



## Matseðill fyrir september 2023

Vikan	1. sept.	4.-8. sept.	11.-15. sept.	18.-22. sept.	25.-29. sept.
Mán.		Fiskur í ofni, kartöflur og grænmeti	Kjúklingur í tikka masala	Fiskur, kartöflur, karrýsósá, grænmeti og hrísgrjón	Hakk og spaghetí, kartöflur og grænmeti
Þri.		Bjúgu, kartöflur, sósá, rauðkál og baunir	Soðinn fiskur, kartöflur, rúgbrauð, rófur, gulrætur og laukfita	Grænmetisbuff, kartöflur, grænmeti og sinnepssósá	Gúllas, kartöflur, grænmeti, hrísgrjón, baunir og rauðkál
Mið.		Fiskibollur, kartöflur, rófur, gulrætur og laukfita	Gryta, kartöflur og grænmeti	Fiskur í púrrulaukssúpu, kartöflur og grænmeti	Bleikur fiskur, kartöflur og grænmeti
Fim.		Lasagnette, kartöflur og grænmeti	Skinkupasta og grænmeti	Kjötbollur, sósá, rauðkál, kartöflur og baunir - <b>samskólad. 5.-7. b.</b>	<b>Afmælisdagur mánaðarins - 1.-4. bekkur</b>
Fös.	Mjólkurgrautur, slátur og smurt brauð	Blómkáls- og brokkólísúpa, brauð	Kjötsúpa og brauð	<b>Starfsdagur</b>	Skyr og smurt brauð

Klukkan 9:00 fá nemendur morgunmat og ávexti og í hádeginu fá nemendur vatn og mjólk með matnum.

