

# Matseðill október 2014

1.okt	mið	Súpa og nýbakað brauð
2.okt	fim	Pönnusteiktur fiskur, kartöflur, sósa og grænmeti
3.okt	fös	Nautahakkbuff, kartöflur, salat og sósa
6.okt	mán	Pastaréttur og salat
7.okt	þri	Karryfiskur, hrísgrjón og salat / fiskibollur á leikskóla
8.okt	mið	Rjómalagað lasagna með hvítlauksbrauði og salati
9.okt	fim	Plokkfiskur og rúgbrauð
10.okt	fös	Hrísgrjónagrautur og slátur
13.okt	mán	Hakk, spaghetti og salat
14.okt	þri	Fiskur með ostarasphjúp, kartöflubátar og salat
15.okt	mið	Kjötsúpa og nýbakað brauð
16.okt	fim	Soðin ýsa, kartöflur, grænmeti og rúgbrauð
17.okt	fös	Kjúklingaleggir, kartöflubátar og salat
20.okt	mán	Lambabuff í raspi, kartöflur og salat
21.okt	þri	Saltfiskur, kartöflur, rúgbrauð
22.okt	mið	Nauta/Ritzkexbollur, hrísgrjón og súrsæt sósa
23.okt	fim	Fiskur með beikoni, eggjasósu og salati
24.okt	fös	Súpa / salat og fyllt snittubrauð
27.okt	mán	Lambalæri, kartöflur, sósa og salat
28.okt	þri	Steiktur fiskur m/eplum og agúrkum, hrísgrjón
29.okt	mið	Sinneps- og hunangsgljáður kjúklingur með grænmeti
30.okt	fim	Fiskibollur, kartöflur, sósa, salat og rúgbrauð
31.okt	fös	VETRARFRÍ



22 skóladagar

Karen s:897 5064 / karenrut@simnet.is

