Matseðill febrúar 2018

Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
			1.feb	**2.feb**
			Fiskur í raspi með	Lambasnitchel með
			soðnum kartöflum	kartöflum, rauðkáli,
			remúlaði og	grænum baunum og
			blönduðu salati	brúnni sósu
			Ávextir/mjólk/vatn	Ávextir/vatn
5.feb	**6.feb**	**7.feb**	**8.feb**	**9.feb**
Soðin ýsa með kartöflum	Lambagúllas með	Tvær tegundir af skyri	Plokkfiskur með	Grillaður grísahnakki
rófum, rúgbrauði og	bankabyggi/hrísgrjónum	með blönduðum ávöxtum	rúgbrauði og	með steiktum kartöflum,
feiti/tómatsósu	og gufusoðnu grænmeti	og brauð með osti	agúrkusalati	blómkáli og brúnni sósu
Ávextir	Ávextir	Ávextir	Ávextir	Ávextir
Mjólk/vatn	Vatn	Mjólk/vatn	Vatn	Vatn
12.feb	**13.feb**	**14.feb**	**15.feb**	**16.feb**
Steiktar fiskibollur með	**Sprengidagur**	**Öskudagur**	Ofnsteikt ýsa í orly	Kjúklingaleggir með
hrísgrjónum, gulrótar-	Saltkjöt og baunir	Pizza	með kartöflum, blönduðu	kartöflubátum, blönduðu
strimlum og karrýsósu			salati og hvítlaukssósu	salati og kokteilsósu
Ávextir	Ávextir		Ávextir	
Mjólk/vatn	Vatn	Vatn	Mjólk/vatn	Ávextir/Vatn
19.feb	**20.feb**	**21.feb**	**22.feb**	**23.feb**
Bakaður silungur með	Spaghetti bolognaise	Grjónagrautur með	Steikt blálanga í	**Vetrarfrí**
soðnum kartöflum,	með brauðbollu og	slátri og brauð	sesamkryddlegi með	
spergilkáli, gulrótum	grænu salati	með skinku	hrísgrjónum, salatbar	
og kaldri sósu	Ávextir	Ávextir	og súrsætri sósu	
Ávextir/vatn	Vatn	Mjólk/vatn	Ávextir/mjólk/vatn	
26.feb	**27.feb**	**28.feb**		
Vetrarfrí	Nautastroganoff með	Spínatbuff með		
	kartöflumús og	hrísgrjónum, grænu		
	gufusoðnu grænmeti	salati og kaldri sósu		
	Ávextir	Ávextir		
	Vatn	Vatn		

Grænmeti og ávextir fylgja öllum mat

Réttur áskilinn til breytinga

Salatbar gæti innihaldið : jöklasalat, agúrkur, tómata, paprikur og þurrkaða ávexti