

Matseðill fyrir júní og júlí í Höfðabergi

| Mánudagur | Þriðjudagur | Miðvikudagur | Fimmtudagur | Föstudagur |
|--|--|--|--|--|
| | | | | 8. júní |
| | | | | Grænmetisbuff með hrísgrjónum og gúrku-salati og kaldri sósu |
| | | | | Ávextir |
| | | | | Vatn |
| 11. júní | 12. júní | 13. júní | 14. júní | 15. júní |
| Nætursöltuð ýsa með kartöflum, gulrótum, rófum, rúgbrauði og feiti/tómatsósu | Indverskur kjúklingur með hrísgrjónum og grænu salati | Tvær tegundir af skyri með blönduðum ávöxtum og brauð með osti | Ýsa í orly með kartöflum, blönduðu salati og hvítlaukssósu | Spaghetti bolognese með hvítlauksbrauði og grænu salati |
| Ávextir/mjólk/vatn | Ávextir Vatn | Ávextir Mjólk/vatn | Ávextir Mjólk/vatn | Ávextir Vatn |
| 18. júní | 19. júní | 20. júní | 21. júní | 22. júní |
| Soðinn ýsa með kartöflum, gufusoðnu grænmeti og tómatsósu | Kjúklinganaggar með frönskum kartöflum, salati og koteilsósu | Núðlur með kjúklingi í sesamsósu, salati og brauði | Steiktir fiskifingur með kartöflum, papriku salati og remúlaði | Úrbeinað lambalæri með ofnsteiktum kartöflum og salati |
| Ávextir Mjólk/vatn | Ávextir Vatn | Ávextir Vatn | Ávextir Mjólk/vatn | Ávextir Vatn |
| 25. júní | 26. júní | 27. júní | 28. júní | 29. júní |
| Bakaður lax með soðnum kartöflum, spergilkáli, blómkáli og kaldri sósu | Steiktur kjötbollur með kartöflum grænum baunum og rauðkáli | Spínatbuff með hrísgrjónum, grænu salati og kaldri sósu | Ýsa í fjölkornaraspi með hrísgrjónum, salati og remúlaði | Kjúklingapíta með blönduðu salati og pítusósu |
| Ávextir /mjólk/vatn | Ávextir Vatn | Ávextir Vatn | Ávextir Mjólk/vatn | Ávextir Vatn |
| 2. júlí | 3. júlí | 4. júlí | 5. júlí | 6. júlí |
| Fiskur í raspi með ofnsteiktum kartöflum, blönduðu salati | Hakkabuff með kartöflumús og gufusoðnu grænmeti | Grjónagrautur með slátri og brauð með skinku | Plokkfiskur með rúgbrauði og blönduðu salati | "A la Höfðaberg" |
| Ávextir Mjólk/vatn | Ávextir Vatn | Ávextir Mjólk/vatn | Ávextir Mjólk/vatn | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| Grænmeti og ávextir fylgja öllum mat | | | Réttur áskilinn til breytinga | |
| Salatbar gæti innihaldið : jöklasalat, agúrkúr, tómata, paprikur og þurrkaða ávexti | | | | |