

Matseðill maí og júní 2020

4.maí	5.maí	6.maí	7.maí	8.maí
Steiktar fiskibollur með karrísósu, hrísgrjónum og gulrótastrimlum	Kjúklingur tikka masala með bygggrjónum, nan brauði og grænu salati	Íslensk kjötsúpa með brauðbollaru	Fiskifingur í raspi með soðnum kartöflum, remúlaði og gufusoðnu grænmeti	Tortilla með nautahakki, salatbar, ostasósu og salsasósu
Ávextir Mjólk/vatn	Ávextir Vatn	Ávextir Mjólk/vatn	Ávextir Mjólk/vatn	Ávextir Vatn
11.maí	12.maí	13.maí	14.maí	15.maí
Bakaður silungur með soðnum kartöflum, gulrótum og kaldri sósu	Spaghetti bolognese með brauði og grænu salati	Grjónagrautur með slátri og brauð með skinku	Ofnsteikt ýsa í orly með kartöflum, blönduðu salati og hvítlaukssósu	Grísnitsel með kartöflum, blönduðu grænmeti og brúnni sósu
Ávextir Mjólk/vatn	Ávextir Vatn	Ávextir Mjólk/vatn	Ávextir Mjólk/vatn	Ávextir Vatn
18.maí	19.maí	20.maí	21.maí	22.maí
Soðin ýsa með kartöflum, soðnum rófum, rúgbrauði og feiti/tómatsósu	Lambakarrígúllas með hrísgrjónum, blómkáli og spergilkáli	Spínatbuff með hýðisgrjónum, spínatsalati og þúsundeyjasósu	Uppstigningardagur	Nautakjötslasagna með brauði og salatbar
Ávextir/mjólk/vatn	Ávextir Vatn	Ávextir Mjólk/vatn		Ávextir Vatn
25.maí	26.maí	27.maí	28.maí	29.maí
Bakaður lax með soðnum kartöflum, spergilkáli, gulrótum og kaldri sósu	Steiktur kjötbollur með kartöflumús, brúnni sósu, grænum baunum og rauðkáli	Skinkupasta Carbonara með spínatsalati og brauði	Gratineraður plokkskur með rúgbrauði og agúrkusalati	Kjúklingaleggir með kartöflubátum, blönduðu salati og kokteilsósu
Ávextir/mjólk/vatn	Ávextir/vatn	Ávextir Mjólk/vatn	Ávextir Mjólk/vatn	Ávextir Vatn
1.jún	2.jún	3.jún	4.jún	5.jún
Annar í hvítasunnu	Kjúklingur tikka masala með bygggrjónum, nan-brauði og grænu salati	Grjónagrautur með slátri og brauð með skinku	Steiktur fiskur í kryddraspi, soðnum kartöflum, remúlaði og blönduðu salati	Grillaður grísnakki með steiktum kartöflum, blómkáli og brúnni sósu
	Ávextir Vatn	Ávextir Mjólk/vatn	Ávextir/mjólk/vatn	Ávextir Vatn
			Skólaslit hjá 10.bekk	
8.jún	9.jún	10.jún	11.jún	12.jún
Grillaðar pylsur Ávaxtasafi Íspinni				
Skólaslit hjá 1. - 9. bekk kl. 12:30				
Grænmeti og ávextir fylgja öllum mat			Réttur áskilinn til breytinga	
Salatbar gæti innihaldið : jöklasalat, agúrkúr, tómata, paprikur og þurrkaða ávexti				