






Matseðill janúar 2025

Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
				
		1.jan Nýársdagur	2.jan Jólafrí	3.jan Starfsdagur
6.jan	7.jan	8.jan	9.jan	10.jan
Steiktar fiskibollur með karrísósu, hrísgrjónum og gulrótastrimlum	Steiktar hakkbollur með kartöflum, brúnni sósu, grænum baunum og rauðkáli	Íslensk kjötsúpa með brauðbollu	Fiskur í kryddraspi með soðnum kartöflum, remúlaði og blönduðu salati	Grísasnitseil með kartöflum, blönduðu grænmeti og brúnni sósu
Ávextir/mjólk/vatn	Ávextir/vatn	Ávextir Mjólk/vatn	Ávextir/mjólk/vatn	Ávextir Vatn
13.jan	14.jan	15.jan	16.jan	17.jan
Bakaður silungur með soðnum kartöflum, gulrótum og kaldri sósu	Lambakarrýgúllas hrísgrjónum og gufusoðnu grænmeti	Spínatbuff með hýðisgrjónum, spínatsalati og þúsundeyjasósu	Plokkfiskur með rúgbrauði og agúrkusalati	Tortilla með nautahakki, salatbar, ostasósu og salsasósu
Ávextir Mjólk/vatn	Ávextir Vatn	Ávextir Mjólk/vatn	Ávextir Mjólk/vatn	Ávextir Vatn
20.jan	21.jan	22.jan	23.jan	24.jan
Nætursaltaður fiskur með kartöflum, soðnum rófum, rúgbrauði og feiti/tómatsósu	Spaghetti bolognese með brauði og grænu salati	Mexíkósk kjúklingasúpa með rifnum osti og salatbar	Fiskifingur í raspi með soðnum kartöflum, remúlaði og blönduðu salati	Bóndadagur 
Ávextir/mjólk/vatn	Ávextir Vatn	Ávextir Mjólk/vatn	Ávextir/mjólk/vatn	Ávextir/ Mjólk/vatn
27.jan	28.jan	29.jan	30.jan	31.jan
Bakaður lax með soðnum kartöflum, spergilkáli, gulrótum og kaldri sósu	Kjúklingur tikka masala með bygggrjónum, nan brauði og grænu salati	Skinkupasta Carbonara með spínatsalati og brauði	Ofnsteikt ýsa í orly með kartöflum, gufusoðnu grænmeti og hvítlaukssósu	Nautakjötslasagne með brauði og salatbar
Ávextir/mjólk/vatn	Ávextir Vatn	Ávextir Mjólk/vatn	Ávextir Mjólk/vatn	Ávextir Vatn

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