

Sunnulækarskóli

Matseðill

Oktober	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
1-4		Soðin Ýsa, Smælki, Smjör og tómatsósa	Paprikusúpa og Brauð	Fiskibollur, Hrísgrión og Karrýsósa	Kjúklingalásagna
7-11	Sætkartöflubollur hrísgrión og Tatzikisósa	Ferskur Fiskur í ofni, Kartöflur og smjör	Griónagautur og Lifrapylsa	Fiskur í raspi, Kartöflur og Hrásalat	Nautagúllash Kartöflumús
14-18	Grísapotttréttur og hrísgrión	Soðin Ýsa, Smælki og smjör	Aspassúpa og Brauðbollur	Haustfrí	Haustfrí
21-25	Kjötbollur, Kartöflur og bránsósa	Plokkfiskur og Rúgbrauð	Tómatssúpa og brauðbollur	Ofnbakaður Lax smælki og hvítlaukssósa	Pítur með Hakki
28-31	Lambakjöt í Karrýsósu og Hrísgrión	Soðin Ýsa, smælki, smjör og tómatsósa	Griónagrautur og Lifrapylsa	Fiskréttur í ofni kartöflur og sósa	Kjúklingalæri BBQsósa og sætar-kartöflur

*Grænmetis eða ávaxtabar er alltaf í boði fyrir þá sem eru í mataráskrift

** Við áskiljum okkur rétt til að breyta matseðli ef þörf er á.