

# Matseðill

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

| September<br>2025 | Mánudagur                                           | Þriðjudagur                                            | Miðvikudagur                                                         | Fimmtudagur                                            | Föstudagur                           |
|-------------------|-----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|--------------------------------------|
| 1-5 Sept          | Grænmetisbollur<br>Hrisgrjón og Sweet<br>Chillisósa | Plokkfiskur, grænmeti<br>og ferskt salat<br>m/fetaosti | Kjúkingur í Pankóraspi,<br>brúnsósa og Kryddaðar-<br>kartöflur       | Bleikja, Smælki,<br>Grænmeti og<br>Hvítlaukssósa       | Sveppasúpa og<br>Grófarbrauð-bollar  |
| 8-12              | Kjötbollur,<br>Kartöflur og<br>Brúnsósa             | Soðin Ýsa, Smælki,<br>Grænmeti, og<br>Tómatsósa        | Grískjöt í Súrsætrisósu og<br>Hrisgrjón                              | Kryddaður fiskur,<br>Smælki, Grænmeti og<br>Jógúrtsósa | Íslensk Kjötsúpa                     |
| 15-19             | Lasagne                                             | Fiskur í fjölkornaraspi,<br>Kartöflur og Hrásalat      | Lambakjöt í Karrýsósu<br>og Hrisgrjón                                | Ferskur Fiskur í Ofni,<br>smælki, grænmeti og<br>smjör | Grjónagrautur og<br>lifrapylsa       |
| 22-26             | Grænmetisbuff, bygg<br>og Tatzikisósa               | Ferskur Fiskur í Ofni,<br>smælki, grænmeti og<br>smjör | Pylsupasta í<br>Tómatbasilsósu                                       | Fiskibollar, Hrisgrón og<br>Karrýsósa                  | Blómkálssúpa og<br>Grófarbrauðbollar |
| 29-30             | Spaghetti Bolognese<br>og Kotasæla                  | Kryddaður fiskur,<br>Smælki, Grænmeti og<br>Jógúrtsósa | Grillaður Kjúkingur,<br>Sætarkartöflur og<br>Sveppasósa<br>1.október | Soðin Ýsa, Smælki,<br>Grænmeti, og<br>Tómatsósa        | Paprikussúpa og<br>Grófarbrauðbollar |

\* Við notum gróft pasta og spaghetti

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