



Matseðill nóvember 2022

Dags.	Mánudagur.	Þriðjudagur.	Miðvikudagur.	Fimmtudagur.	Föstudagur.
1. – 4. nóv.		<u>1. nóv.</u> Fiskur í raspi, kartöflur, kokteilsósa, lauksmjör.	<u>2. nóv.</u> 1. Lambalærissneiðar í raspi, kartöflur, feiti, grænar baunir, rauðkál. 2. Kjúklingabaunabuff.	<u>3. nóv.</u> Kókoskarrýfiskur, grjón, karrýsósa.	<u>4. nóv.</u> Sveppasúpa, brauð, álegg.
7. – 11. nóv.	<u>7. nóv.</u> 1. Lasanja, hvítlauksbrauð. 2. Cous-cous salat.	<u>8. nóv.</u> Ofnbakaður fiskur, kartöflur.	<u>9. nóv.</u> 1. Grillaður grísakótiletur, maís, piparsósa. 2. Blaðlaukssúpa.	<u>10. nóv.</u> Fiskur í orly, bygggrjón, sósa.	<u>11. nóv.</u> Makkarónugrautur, brauð, álegg.
14. – 18. nóv.	<u>14. nóv.</u> 1. Íslensk kjötsúpa, rófur, kartöflur. 2. Sveppasúpa.	<u>15. nóv.</u> Soðinn fiskur, kartöflur, rúgbrauð.	<u>16. nóv.</u> 1. Snitsel, spergilkál og piparsósa. 2. Rótargrænmeti.	<u>17. nóv.</u> Plokkfiskur, rúgbrauð, smjör.	<u>18. nóv.</u> Pizza.
21. – 25. nóv.	<u>21. nóv.</u> 1. Soðnar kjötbollur, kartöflur, hvítkál, smjör. 2. Grænmetislasagne.	<u>22. nóv.</u> Pylsupasta, hvítlauksbrauð.	<u>23. nóv.</u> 1. Saltkjöt, rófur, kartöflur, uppstúf. 2. Baunasúpa.	<u>24. nóv.</u> Fiskibollur, kartöflur og karrýsósa.	<u>25. nóv.</u> Grjónagrautur, slátur.
28 - 30. nóv.	<u>28. nóv.</u> 1. Hakk og spaghettí, hvítlauksbrauð. 2. Grænmetisbollur.	<u>29. nóv.</u> Steiktur fiskur, bygggrjón, sósa.	<u>30. nóv.</u> Bbq. kjúklingur, franskar, maís og sósa.	Boðið er upp á salat með matnum alla daga	