

Táknafjörður

Matseðill fyrir September 2010

Með fyrirvara um breytingar - Grænmeti og/eða ávextir m/öllum mat.

	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
1-5			Sveppasúpa Heimabakað brauð/gróft Ávextir Léttmjólk	Pizza Ávextir	Ýsa í raspi Laukur Kartöflur Léttmjólk
6-12	Ritz bollur í súrsætri Hrísgrjón Ávextir	Karrý fiskur m/hrísgrjónum Léttmjólk Salat	Grjónagrautur/kanilsykri Heimabakað brauð/gróft Álegg Ávextir Léttmjólk	Skólabjúgu Kartöflur Paprikusósa Salat	Fiskibollur m/lauk Sósa Kartöflur Salat Léttmjólk
13-19	Lambakjöt Karrýsósa Kartöflur Ávextir	Beikon Ýsa Kartöflur Salat	Aspas súpa Heimabakað brauð/gróft Ávextir Léttmjólk	Lasagne Heimabakað brauð/gróft Salat	Hakk og spagheti Heimabakað brauð/gróft Létt og laggott Salat
20-26	Hakkað buff m/lauk Lauksósa Kartöflur Grænmeti/salat/ávextir	Soðin ýsa Kartöflur Léttmjólk Salat	Kjötsúpa m/kjöti, kartöflum og rófum Ávextir	Svikinn héri Kartöflur og sósa Gulrætur og grænar baunir Ávextir	Kjúklinga naggar Parísar kartöflur Súrsæt sósa
27-30	Lambapottréttur Kartöflur Grænmeti/salat	Gratineraður fiskur m/brokkoli og gulrætur Kartöflur Ávextir Léttmjólk	Makkarónu grautur Heimabakað brauð/gróft		