

matseðill septembermánaðar

mánudagur	þriðjudagur	miðvikudagur	fimmtudagur	föstudagur
		1. Íslensk kjötsúpa	2. Grófkornafiskur með grænmeti og dressingu	3. Nautabuff með kartöflumús, sultu og sósu
		ofnæmi:	hvítur fiskur / grænmetisbuff	
6. Léttsaltur fiskur með tilheyrandi	7. Burritos með hakki og grænmeti, salat og salsasósa	8. Plokkfiskur með rúgbrauði og fersku grænmeti	9. Grísasteik með kartöflumixi, maís og sósu	10. Soðinn fiskur með tilheyrandi
ofnæmi: hvítur fiskur /buff		Hakkréttur		
13. Fiskréttur með grjónum og salati	14. Salatbar með allskyns grænmeti, eggjum, túnfiski, kjúklingi og dressingum	15. Kjötbollur með kartöflumús, grænmeti og sósu	16. Pizza og Piknik	17. Bakaður fiskur með rótangrænmeti og lauksmjöri
ofnæmi: grjónaréttur				
20. Steiktur fiskur í boði unglíngadeildar	21. Núðluréttur í boði miðstígs	22. Fiskibollur með kartöflum, gufugrænmeti, svissuðum lauk og sósu	23. Lambasnitzel með kartöflubátum, salati og piparsósu	24. Tiltekt úr kistu kokksins...
ofnæmi: hvítur fiskur /buff		Kjötbollur		
27. Soðinn fiskur með kartöflum, gufugrænmeti, lauksmjöri og rúgbrauði	28. Skrýbar með allskyns ávöxtum, músli, hnetum og fleiru	29. Kjúklingur með grjónum salati og karrýsósu	30. Sveppasúpa og Kötubrauð	
ofnæmi: buff	grjóni			