



MATSEÐILL JANÚAR 2019

| VIKAN | MÁNUDAGUR | ÞRIÐJUDAGUR | MIÐVIKUDAGUR | FIMMTUDAGUR | FÖSTUDAGUR |
|-------------------|--|---|--|--|---|
| 2.-4. JANÚAR | | | Soðinn fiskur, kartöflur og gufusoðið grænmeti | Grænmetisbollur, hrísgrjón, sweet chili sósa og grænmeti | Steiktur fiskur, kartöflur, kokteilsósa og grænmeti |
| 7.-11. JANÚAR | Soðinn fiskur, kartöflur og gufusoðið grænmeti | Kjöthleifur, kartöflur, grænar braunir, brún sósa og grænmeti | Blómkálssúpa og brauðbollur með áleggi | Fiskibollur, kartöflur, lauksmjör og gufusoðið grænmeti | Hakk og spaghettí og hvítlauksbrauð |
| 14.-18. JANÚAR | Soðinn fiskur, kartöflur og gufusoðið grænmeti | Spínatbuff, hrísgrjón, hvítlaukssósa og grænmeti | Mexíkósk kjúklingasúpa, sýrður rjómi og nachos | Fjölkornafiskur, kartöflur, karrísósa og grænmeti | Skinkupasta og grænmetisstrimlar |
| 21.-25. JANÚAR | Soðinn fiskur, kartöflur og gufusoðið grænmeti | Kjúklingalæri, hrísgrjón, sósa og grænmeti | Aspassúpa og brauðbollur með áleggi | Ofnbakaður fiskur í papríkusósu, hrísgrjón og grænmeti | Lasagne og hvítlauksbrauð |
| 28.-31. JANÚAR | Soðinn fiskur, kartöflur og gufusoðið grænmeti | Kjötbollur, kartöflur, brún sósa og grænmeti | Grjónagrautur og flatkökur með kæfu | Kentuckyfiskur, kartöflur, hvítlaukssósa og grænmeti | Kjöt í karrí, hrísgrjón og grænmeti |

Morgunmat: Hafragrautur – ávextir – kanill og rúsínur.

Með fyrirvara um breytingar.

Síðdegishressing: Nýbakað brauð – hrökkbrauð – álegg – ávextir.