



Matseðill fyrir október 2023

Mánudagur 2. okt.	Fiskur í orlý, grænmeti og ávextir
Þriðjudagur 3. okt.	Grænmetis lasagna, grænmeti og ávextir
Miðvikudagur 4. okt.	<i>Skipulagsdagur</i>
Fimmtudagur 5. okt.	Þorskur (hvítur fiskur), kartöflur, grænmeti og ávextir.
Föstudagur 6. okt	Kakósúpa og tvíbökur
Mánudagur 9. okt.	Grísnitsel (svínakjöt), grænmeti og ávextir
Þriðjudagur 10. okt.	Steinbítur (hvítur fiskur), grænmeti og ávextir
Miðvikudagur 11. okt.	Hakkgrýta (nautakjöt), grænmeti og ávextir
Fimmtudagur 12. okt.	Lamb í karrýsósu (lambakjöt), grænmeti og ávextir
Föstudagur 13. okt.	Makkarónugrautur
Mánudagur 16. okt.	Langa (hvítur fiskur), grænmeti og ávextir
Þriðjudagur 17. okt.	Brokkolí- og blómkálshnappar, grænmeti og ávextir
Miðvikudagur 18. okt.	Bjúgu (kindakjöt), jafningur, grænmeti og ávextir
Fimmtudagur 19. okt.	Fiskibollur, grænmeti og ávextir
Föstudagur 20. okt.	Jógúrt og brauð
Mánudagur 23. okt.	<i>Haustfrí</i>
Þriðjudagur 24. okt.	<i>Haustfrí</i>
Miðvikudagur 25. okt.	<i>Skipulagsdagur</i>
Fimmtudagur 26. okt.	<i>Viðtalsdagur</i>
Föstudagur 27. okt.	Blómkálssúpa og brauð
Mánudagur 30. okt.	Soðinn fiskur, grænmeti og ávextir
Þriðjudagur 31. okt.	Grænmetisbuff, grænmeti og ávextir