



## Matseðill Glerárskóla fyrir október

Priðjudagur 1. okt.	Grænmetisbuff, kartöflur, grænmeti og ávextir
Miðvikudagur 2. okt.	<i>Skipulagsdagur</i>
Fimmtudagur 3. Okt.	Fiskur í raspi (hvítur fiskur), remúlaði, kartöflur, grænmeti og ávextir
Föstudagur 4. okt.	Bbq grísaríf (svínakjöt), kartöflubátar, sósa og ávextir
Mánudagur 7. okt.	Grísnitsel (svínakjöt), grænmeti og ávextir
Priðjudagur 8. okt.	Steinbítur (hvítur fiskur), grænmeti og ávextir
Miðvikudagur 9. okt.	Hakkgrýta (nautakjöt), grænmeti og ávextir
Fimmtudagur 10. okt.	Kjöttbollur (grísa- og lambakjöt), kartöflur, sósa, grænmeti og ávextir
Föstudagur 11. okt.	Makkarónugrautur og slátur
Mánudagur 14. okt.	Langa (hvítur fiskur), grænmeti og ávextir
Priðjudagur 15. okt.	Brokkolí- og blómkálshnappar, grænmeti og ávextir
Miðvikudagur 16. okt.	Bjúgu (kindakjöt), jafningur, grænmeti og ávextir
Fimmtudagur 17. okt.	Soðin fiskur (hvítur fiskur), grænmeti og ávextir
Föstudagur 18. okt.	Jógúrt og brauð
Mánudagur 21. okt.	<i>Haustfrí</i>
Priðjudagur 22. okt.	<i>Haustfrí</i>
Miðvikudagur 23. okt.	Lasagna (nautakjöt), kartöflumús, grænmeti og ávextir
Fimmtudagur 24. okt.	Kjúklingaréttur (kjúklingakjöt), hrísgrjón, grænmeti og ávextir
Föstudagur 25. okt.	Blómkálssúpa, brauð, grænmeti og ávextir
Mánudagur 28. okt.	Porskur (hvítur fiskur), kartöflur, grænmeti og ávextir
Priðjudagur 29. okt.	Grænmetisbollur, hrísgrjón, grænmeti og ávextir
Miðvikudagur 30. okt.	Nautagúllas (nautakjöt), kartöflumús, grænmeti og ávextir
Fimmtudagur 31. okt.	Plokkfiskur, rúgbrauð, kartöflur, grænmeti og ávextir