



Matseðill Glerárskóla fyrir janúar

Mánudagur 6. jan.	Soðinn fiskur (hvítur fiskur), kartöflur, grænmeti og ávextir
Þriðjudagur 7. jan.	Sveppasúpa, brauð, grænmeti og ávextir
Miðvikudagur 8. jan.	Kjötbollur (svína- og nautakjöt), brún sósa, hrísgrjón, grænmeti og ávextir
Fimmtudagur 9. jan.	Skyr og brauð, salatbar
Föstudagur 10. jan.	Steiktur fiskur (hvítur fiskur), kartöflur, grænmeti og ávextir
Mánudagur 13. jan.	Svínagúllas (svínagúllas) kartöflur, grænmeti og ávextir
Þriðjudagur 14. jan.	Bleikja, (bleikur fiskur), hrísgrjón, grænmeti og ávextir
Miðvikudagur 15. jan.	Skinku, beikonpasta (svínakjöt), hvítlauksbrauð, grænmeti og ávextir
Fimmtudagur 16. jan.	Blómkál- og brokkolí hnappar, grænmeti og ávextir
Föstudagur 17. jan.	Kjúklingur (kjúklingakjöt) , hrísgrjón, grænmeti og ávextir.
Mánudagur 20. jan	Fiskur í Orly (hvítur fiskur), hrísgrjón, grænmeti og ávextir
Þriðjudagur 21. jan	Grænmetisbuff, kartöflur, grænmeti og ávextir
Miðvikudagur 22. jan	Hakk (nautakjöt) og spaghetí, grænmeti og ávextir
Fimmtudagur 23. jan	Fiskibollur (hvítur fiskur), kartöflur, grænmeti og ávextir
Föstudagur 24. jan	Bóndadagur Kjötsúpa (lambakjöt)
Mánudagur 27. jan.	Lambakjöt í karrí, kartöflur, grænmeti og ávextir
Þriðjudagur 28. jan.	Lax (bleikur fiskur), kartöflur, grænmeti og ávextir
Miðvikudagur 29. jan.	Svikinn héri (nautakjöt), kartöflumús , grænmeti og ávextir
Fimmtudagur 30. jan.	Jógúrt, brauð og salatbar
Föstudagur 31. jan.	Hakkbollur, hrísgrjón, grænmeti og ávextir (svína- ,nauta- og lambakjöt)

Verði ykkur að góðu!