

Matseðill
Grunn- og leikskólinn Þingeyri
 Október 2016

Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
3. okt. Grænmetisbuff, hrísgrjón og súrsætsósa, súkkulaðikaka	4. okt. Ofnbakaður fiskur í ostasósu, hríagrjón og grænmeti	5. okt. Taco skeljar með kjöthakki og grænmeti.	6. okt. Súrmjólk, ávextir, brauð og álegg	7. okt. Leyndarmál
10. okt Hrísgrjónagrautur, brauð og álegg. ávöxtur	11. okt. Fiskinaggar, súrsætsósa og grænmeti.	12. okt. Kjúklingur í súrsætri sósu.	13. okt. Pasta með grænmeti og ostasósu	14. okt. Námskeiðsdagur
17. okt. Soðinn fiskur, kartöflur, grænmeti og sósa	18. okt. Hakk og spaghetti	18. okt. Taandoori- fiskréttur hrísgrjóna, grænmeti og kartöflur.	19. okt. Skyr, brauð, ávöxtur.	20. okt. Plokkfiskur og rúgbrauð
24. okt. Grænmetisbuff, hrísgrjón, hvítlauks- paprikusósa.	25. okt. Kjúklinganúðlu- súpa og brauð.	26. okt. Lagsagne, hrísgrjón og salat.	27. okt. Ofnbakaður fiskur, kartöflur og grænmeti	28. okt. Kjötréttur
31. okt. Slátur, kartöflur og hvítsósa				

Við áskiljum okkur rétt til breytinga, bæði til kynningar á nýjum réttum og til tilbreytingar sem og ef hráefni fæst ekki í tæka tíð.