

# MATSEÐILL OKTÓBER

- 1 þri Fiskibollur, kartöflur og grænmeti
- 2 mið Ritzkex kjúklingur, hrísgrjón og salat
- 3 fim Eggsteiktur fiskur, kartöflur, grænmeti og rúgbrauð
- 4 fös Marineraður grísahnakki, kartöflugratín og grænmeti



- 7 mán Kjúklingasúpa og brauð
- 8 þri Fiskur í raspi, kartöflur og grænmeti
- 9 mið Hrísgjónaréttur m/grænmeti
- 10 fim Soðinn fiskur, kartöflur, salat og rúgbrauð
- 11 fös Lasagna og grænmeti

- 14 mán Grjónagrautur og brauð með áleggji
- 15 þri Lax, kartöflur og grænmeti
- 16 mið Grískt salat með litlum kjötbollum
- 17 fim Fiskibollur, kartöflur, grænmeti og rúgbrauð
- 18 fös Kjúklingaréttur, kartöflur og salat



- 21 mán Grænmetissúpa og nýbakað brauð
- 22 þri Fiskur í raspi, kartöflur og grænmeti
- 23 mið Hakk og spaghetti
- 24 fim Soðinn fiskur, kartöflur, salat og rúgbrauð
- 25 fös Píta

- 28 mán **Vetrarfrí**
- 29 þri **Vetrarfrí**
- 30 mið Svínasnitset, kartöflumús og grænmeti
- 31 fim Plokkfiskur og rúgbrauð

