

# Matseðill

## Leik- og Grunnskóli Þingeyrar

### Okt. 2019

Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
	1. okt. Hakkbollur með kúskús	2. okt. Starfsdagur LL Starfsdagur GP	3. okt. Ofnbakaður fiskur í ostasósu, hrísgrjón og grænmeti	4. okt. Pasta með spínat
7. okt. Soðinn fiskur, kartöflur, grænmeti og sósa	8. okt. Hrísgrjónagratu r, brauð og álegg. ávöxtur	9. okt. Kjúklingur með mascarpone og hrísgrjón	10. okt. Plokkfiskur og rúgbrauð	11. okt. Hakk, hrísgrjón og salat
14. okt. Fiskibollur, köld sósa og grænmeti.	15. okt. Pasta með grænmeti og ostasósu	16. okt. Hakksúpa	17. okt. Ofnbakaður fiskur, kartöflur og grænmeti	18. okt. Hrísgrjónagratu rúgbrauð og álegg
21. okt. Soðinn fiskur, kartöflur, grænmeti og sósa	22. okt. Kjúklinganúðlu-súpa og brauð.	23. okt. Lagsagne, hrísgrjón og salat.	24. okt. Lax, kartöflur og köld sósa	25. okt. Kjötréttur Vetrarfrí GP
28. okt. Skyr og brauð Vetrarfrí GP	29. okt. Ofnbakaður fiskur með grænmet, hrísgrjóni og salat	30. okt. Lærissneiðar, kartöflur, rauðkál og rauðrófur	31. okt. Grænmetisbuff, hrísgrjón og súrsætsósa	

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