

Matseðill Heilsuleikskólans Laufás og Grunnskólans á Þingeyri Janúar 2023

| Mánudagur | Þriðjudagur | Miðvikudagur | Fimmtudagur | Föstudagur |
|---|--|--|---|---|
| | 2. janúar Hjúpaðar kjúklingalundir GP frí | 3. janúar Lamba kjötbollur, hrísgrjón og soðið grænmeti GP frí | 4. janúar Soðinn fiskur, kartöflur, rúgbrauð og soðið grænmeti. | 5. janúar Grænmetisbuff, kartöflur, agúrka og paprika. |
| 8. janúar Soðinn fiskur, kartöflur, rúgbrauð, agúrka og paprika. | 9. janúar Súpa og brauð með áleggi. | 10. janúar Fiskirönd, kartöflur og grænmeti. | 11. janúar Hakk og spagettí, agúrka og paprika. | 12. janúar Pítsa. |
| 15. janúar Skrur og brauð með áleggi. | 16. janúar Soðinn fiskur með kartöflum, rúgbrauði og soðnu grænmeti. | 17. janúar Kjötbollur í tómatsósu, kartöflur, agúrka og paprika. | 18. janúar Steiktur fiskur með kartöflum og salati. | 19. janúar Porramatur. |
| 22. janúar Grjónagrautur, slátur og brauð og álegg. | 23. janúar Lasagnea og salat. | 24. janúar Soðinn fiskur, kartöflur, rúgbrauð og soðið grænmeti. | 25. janúar Gúllas með hrísgrjónum og grænmeti. | 26. janúar Fiskibollur með kartöflum og grænmeti. Starfsdagur LL |
| 29. janúar Soðinn fiskur, kartöflur og soðið grænmeti. | 30. janúar Pastaréttur og salat. | 31. janúar Steiktur fiskur með hrísgrjónum, soðnu grænmeti og hrísgrjónum. | | |
| | | | | |

*Við á skiljum okkur rétt til breytinga á matseðlinum.

