

Matseðill fyrir mars 2017

Miðvikudagur 1.mars	Heit samloka og safi - ÖSKUDAGUR -
Fimmtudagur 2. mars	Djúpsteiktur fiskur, hrísgrjón og súrsæt sósa
Föstudagur 3. mars	Pylsupasta, salatbar
Mánudagur 6. mars	Nætursöltuð ýsa, rúgbauð, rófur, gulrætur og kartöflur
Þriðjudagur 7. mars	Lambagúllas, kartöflumús, rauðkál og baunir
Miðvikudagur 8. mars	Makkarónugrautur, kryddbrauð með osti, ávextir
Fimmtudagur 9. mars	Karrý-plokkfiskur, rúgbrauð og grænmeti
Föstudagur 10. mars	Kjötbollur, rauðkál, sósa og kartöflur
Mánudagur 13. mars	Pönnusteikt bleikja, tómatar, agúrkur og kartöflur
Þriðjudagur 14. mars	Svínasnitzel, gular baunir, rauðkál og kartöflur
Miðvikudagur 15. mars	Grjónagrautur og slátur, ávextir
Fimmtudagur 16. mars	Fiskibuff, hrísgrjón og karrýsósa, salatbar
Föstudagur 17. mars	Hakk og spagettí, salat
Mánudagur 20. mars	Soðinn fiskur, gufusoðið grænmeti og kartöflur
Þriðjudagur 21. mars	Kjöt í karrý, hrísgrjón, salatbar
Miðvikudagur 22. mars	Skyr og bananabrauð, ávextir
Fimmtudagur 23. mars	Steiktur fiskur í raspi, hvítkálssalat og kartöflur
Föstudagur 24.mars	Pizza
Mánudagur 27. mars	Kentukcyhjúpaður fiskur, hrísgrjón og salat
Þriðjudagur 28. mars	Heitt slátur, rófur og kartöflur, hvít sósa
Miðvikudagur 29. mars	Tómatsúpa, brauð og álegg, ávextir
Fimmtudagur 30. mars	Pönnusteiktur fiskur, kartöflur og salatbar
Föstudagur 31. mars	Lasagne, kartöflumús og salat

