

## Matseðill september 2023

Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
				1. Kjúklinga lasagna salat
4. Kalt pastasalat	5. Soðinn fiskur kartöflur grænmeti og feiti	6. Kókoshakkréttur hýðisgrjón m/döðlum og bönunum	7. Lax, kartöflur grænmeti og feiti	8. Kjúklingur, grjón, grænmeti og brún sósa
11. Skr, brauð og álegg	12. Soðinn fiskur Kartöflur grænmeti og feiti	13. Svikinnhéri karöflur salat og brúnsósa	14. Fiskisúpa brauð	15. Píta með hakki og grænmeti
18. Sveppasúpa Brauð og álegg	19. Soðinn fiskur Kartöflur grænmeti og feiti	20. Hakka bollur kartöflumús, rauðkál brún sósa	21. Grænmetisbuff Bygg og sósa	22. Hamborgarar Í boði Háteigs
25. <b>Skipulagsdagur</b>	26. Nætursaltaður Kartöflur grænmeti og feiti	27. Kjötsúpa	28. Plokkfiskur Grænmeti og rúgbrauð	29. Hakk og spaghetti

<b>Morgunmatur</b>	<b>Mánudagur</b> Hafragrautur lýsi Ab-mjólk og döðlur	<b>Þriðjudagur</b> Hafragrautur lýsi kanill rúsínur	<b>Miðvikudagur</b> Hafragrautur lýsi kanill og kókos	<b>Fimmtudagur</b> Hafragrautur lýsi kanill og döðlur	<b>Föstudagur</b> Hafragrautur kornflex lýsi kókos
<b>Nónhressing</b>	Sætbrauð heimabakað	Flatkökur	Hrökkkex	Gróft brauð	Heimabakað brauð