



Matseðill Síðuskóla október 2011



Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
3. Soðinn fiskur, kartöflur, rófur, rúgbrauð, ávextir.	4. Pönnukökur með kjúklingi, salsasósa, grænmeti.	5. Kakósúpa, tvíbökur, salatbar.	6. Gratineraður fiskur, kartöflur, grænmeti, sósa, ávextir.	7. Pottréttur, hrísgrjón, snittubrauð.
10. Skipulagsdagur	11. Steiktur fiskur, kartöflur, grænmeti, laukur, sósa, ávextir.	12. Gúllas, kartöflumús, sulta, grænmeti.	13. Mjólkurgrautur, slátur, smurt brauð.	14. Fiskur í raspi, kartöflur, grænmeti, sósa, ávextir.
17. Kjötfars í ofni, kartöflur, rauðkál, baunir, sósa, sulta.	18. Pítur með hakki, grænmeti, sósa.	19. Ofnbakaður fiskur, kartöflur, hrísgrjón, grænmeti, ávextir.	20. Pasta, heitar sósur, brauð, salatbar.	21. Hakk, spaghattí, snittubrauð.
24. HAUSTFRÍ	25. HAUSTFRÍ	26. Súpa, brauð, salatbar.	27. Steiktur fiskur, kartöflur, grænmeti, sósa, ávextir.	28. Krebinettur, kartöflur, grænmeti, rauðkál, baunir.
31. Soðinn fiskur, kartöflur, rófur, rúgbrauð, ávextir.				