

Með fyrirvara um breytingar

Matseðill

Febrúar 2012

Miðvikudagur	1/2	Hakkabuff m/rauðkáli og kartöflumús
Fimmtudagur	2/2	Steiktur fiskur m/salati oghvítlaukssósu.
Föstudagur	3/2	Hrisgjónagautur m/brauði og áleggi slátur
Mánudagur	6/2	Pastaréttur m/ostasósu, salat og heilhveitirúnnstykki
Þriðjudagur	7/2	Kjötfars m/káli og hvítri sósu
Miðvikudagur	8/2	Soðinn fiskur m/rúgbrauði og smöri.
Fimmtudagur	9/2	Snittsel m/bernes og steiktum kartöflum
Föstudagur	10/2	Skyr, rúgbrauð og egg
Mánudagur	13/2	Soðinn ýsa m/rúgbrauði
Þriðjudagur	14/2	Spaghetti bolognes m/hvítlauksbrauði
Miðvikudagur	15/2	Heimalöguð fiskibuff m/hrásalati og lauksósu.
Fimmtudagur	16/2	Kjúklingur m/steiktum kartöflum salati og sósu
Föstudagur	17/2	Kjötsúpa allt í einum potti.
Mánudagur	20/2	Kjötbollur m/kartöflumús og brúnni sósu.
Þriðjudagur	21/2	Saltkjöt og baunir.
Miðvikudagur	22/2	Kakósúpa m/tvíböfum
Fimmtudagur	23/2	Vetrarfrí
Föstudagur	24/2	Vetrarfrí
Mánudagur	26/2	Vetrarfrí
Þriðjudagur	27/2	Skólabjúgu m/grænum baunum og uppstúf
Miðvikudagur	29/2	Litlar fiskibollur m/hrisgrjónum og súrsætri sósu

Með fyrirvara um breytingar

Næringarútreikn : Grunnskólastig Orka 619 kkal,protein 17%,kolvetni 56%,fita 27%,trefjar 7,9gr
Leikskólastig Orka 389 kkal,protein 18%,kolvetni 58%,fita 24%,trefjar 5,2gr