

MARS matseðill

Daglega er boðið upp á eftirfarandi

Morgunmatur: mjólk og lýsi.

Ávaxtastund er kl. 10:10 þar sem er boðið upp á ávexti, grænmeti og vatn.

Hádegismatur: grænmeti ýmist ferskt, bakað eða soðið, vatn og einnig mjólk með matarminni máltíðum.

Nónhressing: Gróft brauð, heimabakað eða úr bakaríinu, rúgbrauð, hrökkbrauð eða flatbrauð. Mismunandi tegundir af áleggi s.s. gúrka, tómatur, kæfa, ostur, kjötálegg, mysingur og fleira. Einnig er alltaf boðið upp á ávexti.

	Mánudagur		Þriðjudagur	1	Miðvikudagur	2	Fimmtudagur	3	Föstudagur	4
Morgunm.			Hafragrautur og rúsínur		Cheerios, mjólk og súrmiólk		Kornflakes, músli og súrmiólk		Weetos, Cheerios og miólk	
Hádegism.			Saltkjöt og baunir		Pylsupartí með öllu		Steiktur fiskur, kartöflubátar og salat		Kókoslambapottrettur og hrísgrjón	
	Mánudagur	7	Þriðjudagur	8	Miðvikudagur	9	Fimmtudagur	10	Föstudagur	11
Morgunm.		Koddar og miólk		Hafragrautur og rúsínur		Cheerios, mjólk og súrmiólk		Kornflakes, músli og súrmiólk		Weetos, Cheerios og miólk
Hádegism.		Soðinn fiskur, kartöflur og grænmet		Folaldasnitzel, hrísgrjón og salat		Kjúklingasúpa, snakk og brauð		Karrýfiskiréttur með osti		Hakkréttur með kartöflumús
	Mánudagur	14	Þriðjudagur	15	Miðvikudagur	16	Fimmtudagur	17	Föstudagur	18
Morgunm.		Koddar og miólk		Hafragrautur og rúsínur		Cheerios, mjólk og súrmiólk		Kornflakes, músli og súrmiólk		Weetos, Cheerios og miólk
Hádegism.		Plokkfiskur með kartöflum og rúgbrauði		Lambagúllas og súrsæt sósa		Stafasúpa og kjötbolla		Steiktur þorskur og bygg		Kjúklingasúpa, snakk og brauð
	Mánudagur	21	Þriðjudagur	22	Miðvikudagur	23	Fimmtudagur	24	Föstudagur	25
Morgunm.		Koddar og mjólk		Hafragrautur og rúsínur		Cheerios, mjólk og súrmiólk		Kornflakes, músli og súrmiólk		Weetos, Cheerios og mjólk
Hádegism.		Soðin bleikja og rôtargrænmeti		Svínakótilettur og meðlæti		Grænmetissúpa og nýbakað brauð		Fiskur í ofni, grænmeti og bygg		Lambalærisneiðar, kartöflur og meðlæti
	Mánudagur	28	Þriðjudagur	29	Miðvikudagur	30	Fimmtudagur	31	Föstudagur	1
Morgunm.		Koddar og mjólk		Hafragrautur og rúsínur		Cheerios, mjólk og súrmiólk		Kornflakes, músli og súrmiólk		Weetos, Cheerios og miólk
Hádegism.		Soðinn þorskur, rúgbrauð og kartöflur		Sænskar kjötbollur, kartöflur og meðlæti		Vorsúpa og nýbakað brauð		Steikt bleikja, kartöflur og salat		Folaldasnitzel, kartöflur og meðlæti