



ÁLFHÓLSSKÓLI

Matseðill fyrir September 2022		
1.sep	Fimmtudagur	Steiktur fiskur í ofni með kartöflum og
2.sep	Föstudagur	Blómkálssúpa, brauð og álegg
5.sep	Mánudagur	Kjúklingapasta með hvítlauksbrauði
6.sep	Þriðjudagur	Plokkfiskur og grænmeti
7.sep	Miðvikudagur	Kjöt í karrý með hrísgrjónum og grænmeti
8.sep	Fimmtudagur	Fiskur steiktur í ofni með hrísgrjónum og köldum sósu.
9.sep	Föstudagur	Minestrone súpa og nýbakaðbrauð.
12.sep	Mánudagur	Danskar frigadellur með kartöflum og sósu.
13.sep	Þriðjudagur	Steiktur lax með kartöflum og sósu.
14.sep	Miðvikudagur	Grænmetis lasagna og hvítlauksbrauð
15.sep	Fimmtudagur	Steiktur fiskur í ofni með kartöflum og sósu
16.sep	Föstudagur	Ungversk gúlassúpa
19.sep	Mánudagur	Nauta Burritos m/salsa, grjónum & cheddarostasósu
20.sep	Þriðjudagur	Soðin ýsa með kartöflum, smeri og rúgbrauði .
21.sep	Miðvikudagur	Kjötbollur með kartöflumús og brúnni sósu.
22.sep	Fimmtudagur	Fiskur í raspi með kartöflum og kaldri sósu
23.sep	Föstudagur	Grjónagrautur og slátur
26.sep	Mánudagur	Kjúklingakæri black garlic með kartöflubátum og sósum
27.sep	Þriðjudagur	Steiktur fiskur með hrísgrjónum og grænmeti
28.sep	Miðvikudagur	Lasagna og hvítlauksbrauð.
29.sep	Fimmtudagur	Pylsupasta með grænmeti og sósu
30.sep	Föstudagur	Skyr og brauð með áleggi.

Salatbar og ávextir í boði alla daga.

Með fyrirvara um hugsanlegar breytingar með stuttum fyrirvara.