









# Matseðill September 2020

MÁNUDAGUR	ÞRIÐJUDAGUR	MÍÐVIKUDAGUR	FIMMTUDAGUR	FÖSTUDAGUR	LAUGARDAGUR	SUNNUDAGUR
	1 Fiskibollur, soðnar kartöflur, sósa og salat	2 Hakk og spaghetti, soðið grænmeti og salat	3 Kakósúpa, cornflakes, bruður og ávextir	4 Fiskur í formi, hrísgrjón og salat		
7 Ofnsteiktur silungur, soðnar kartöflur, sósa og salat	8 Súpa og grænmetisbuff, brauð og salat	9 Saltfiskur, soðnar kartöflur og rófur, hamsar og salat	10 Naggar, ofnsteiktar kartöflur, sósur og salat	11 Ritzkex kjötbollur, sósa, hrísgrjón, soðið grænmeti og salat		
14 Karrý fiskur, soðnar kartöflur og salat	15 Gúllas í brúnni sósu, kartöflumús, soðið grænmeti og salat	16 Slátur, soðnar kartöflur og rófur, jafningur og salat	17 Grjónagrautur, slátur og ávextir	18 Plokkfiskur, soðnar kartöflur og salat		
21 Pastaréttur, nýtt brauð og salat	22 Kjöthleifur, soðnar kartöflur, soðið grænmeti og salat	23 Steiktur fiskur í raspi, soðnar kartöflur, laukfita og salat	24 Kjöt og karrýsósa, hrísgrjón, soðnar kartöflur og salat	25 Kjúklingasúpa, brauð, doritos, ostur, sýrður rjómi og ávextir		
28 Gúllas pottréttur, hrísgrjón, nýtt brauð og salat	29 Soðinn fiskur, soðnar kartöflur og rófur, hamsar og salat	30 Skrý, nýtt brauð, rjómalanda og ávextir				