



Matseðill mars 2021

Dags.	Mánudagur.	Þriðjudagur.	Miðvikudagur.	Fimmtudagur.	Föstudagur.
1. – 5. mars.	<u>1. mars.</u> 1. Kjöt í sósu, kartöflumús. 2. Grænmetisbuff.	<u>2. mars.</u> Steiktur fiskur, kartöflur, Tzatziki sósa.	<u>3. mars.</u> 1. Svikinn héri, kartöflur, brún sósa. 2. Cous-cous salat.	<u>4. mars.</u> Soðinn lax, kartöflur og sítrónudillsósa.	<u>5. mars.</u> Spergilkálssúpa, nýbakað brauð og álegg.
8. – 12. mars.	<u>8. mars.</u> 1. Slátur, rófur, kartöflur. 2. Grænmetislasagne.	<u>9. mars.</u> Soðinn fiskur, kartöflur, rúgbrauð og smjör.	<u>10. mars.</u> 1. Kjúklingur, franskur, kokteilsósa, hrásalat. 2. Grænmetissúpa.	<u>11. mars.</u> Plokkfiskur, rúgbrauð, smjör.	<u>12. mars.</u> Grjónagrautur, slátur.
15. – 19. mars. Þemavika	<u>15. mars. (Úkraína)</u> 1. Soðið kjötfars, hvítkál, kartöflur, smjör. 2. Úkraínsk tómatsúpa, brauðteningar, sýrður rjómi.	<u>16. mars. (Taíland)</u> Taílenskur kjúklingaréttur með hrísgrjónum.	<u>17. mars. (Þýskaland)</u> 1. Svínasnitsel , parísarkartöflur, maís, brún sósa. 2. Risotto.	<u>18. mars. (England)</u> Fiskur og franskur, (fish 'n chips) chili mayo.	<u>19. mars.</u> Skyr, rjómi o.fl.
22. – 26. mars.	<u>22. mars.</u> 1. Kindabjúgu, kartöflur, uppstúf, grænar baunir. 2. Gulrótarbuff, sweet-chilisósa.	<u>23. mars.</u> Soðinn saltfiskur, rófur, kartöflur, rúgbrauð, smjör.	<u>24. mars.</u> 1. Pylsupasta, hvítlauksbrauð. 2. Ítalskt salat.	<u>25. mars.</u> Fiskur í raspi, kartöflur, laukfeiti, köld sósa.	<u>26. mars.</u> Makkarónugrautur, nýbakað brauð og álegg.
29. – 31. mars.	<u>29. mars.</u> Steiktur kjötbollur, kartöflumús, brún sósa.	<u>30. mars.</u> Soðinn fiskur, kartöflur, rúgbrauð, smjör.	<u>31. mars.</u> Skyr, brauð og álegg.	Boðið er upp á salat með matnum alla daga	