

## Matseðill fyrir október

- 1.okt Lasagne
- 2.okt Soðinn fiskur, kartöflur og rófur
- 3.okt Lambaseniðar, kartöflur, sósa og grænar baunir
- 4.okt Lax, kartöflur, tómatar og gúrka
- 5.okt Grænmetisbuff, hýðisgrjón, sósa og grænmeti
  
- 7.okt Slátur, kartöflumús og rófur
- 8.okt Soðinn fiskur, kartöflur og rófur
- 9.okt Skyr, brauð og álegg
- 10.okt Fiskibollur, kartöflur, brokkólí og bleik sósa
- 11.okt Kjöt í karry, bygg og salat
  
- 14.okt Svikinn héri, kartöflumús, grænmeti og sósa
- 15.okt Soðinn fiskur, kartöflur og rófur
- 16.okt Grjónagrautur, brauð og álegg
- 17.okt Steiktur fiskur, kartöflur, tómatar og gúrka
- 18.okt Kjúklíngalæri, ofnbakaðar kartöflur, sósa og grænmeti
  
- 21.okt Ungversk gúlassúpa og hvítlauksbrauð
- 22.okt Soðinn fiskur, kartöflur og rófur/gulrætur
- 23.okt Kalt pasatsalat og sparibrauð
- 24.okt Plokkfiskur og rúgbrauð
- 25.okt Afmæli Blæs og bangsadagur: Pizza
  
- 28.okt Kjötbollur, kartöflumús, sósa og ferskt grænmeti
- 29.okt Steiktur steinbítur, kartöflur og grænmetisstrimlar
- 30.okt Ítölsk grænmetissúpa og hvítlauksbrauð
- 31.okt Soðinn fiskur, kartöflur og rófur/gulrætur
- 1.nóv Hakk, spaghettí og grænmeti

