

Matseðill fyrir skólamat í Árskógar skóla

Vika	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
3. - 4. Janúar				Sæskar kjötbollur með brúnni sósu og kartöflum	Skyr með rjómblandi, brauð og álegg
7. – 11. Janúar	Soðinn fiskur með kartöflum	Skólabjúgu með soðnum kartöflum og uppstúf	Steiktur fiskur í raspi með hrísgrjónum og súrsætri sósu	Kjúklingabitar með kartöflubátum hrásalati og kokteilsósu	Sjóræningja-súpa með brauði
14. – 18. Janúar	Pylsupasta með grænmeti	Lax í teriyaki með hrísgrjónum og hvítlaukssósu	Hakkabollur með ofnsteiktum kartöflum	Plokkfiskur með rúgbrauði og smjöri	Grjónagrautur og kalt slátur
21. – 25. Janúar	Soðinn fiskur með kartöflum	Taco með nautahakki, sýrðum rjóma, salsa	Grænmetisbuff með hrísgrjónum og hvítlauks-sósu	Fiskréttur með grænmeti	Kjötsúpa
28. janúar – 1. febrúar	Hakk og spaghetti	Steiktur fiskur í raspi með kartöflum og hrásalati	Skóli velur 	Lamba-pottréttur með hrísgrjónum	Skyr með rjómblandi, brauð og álegg
4. – 8. febrúar	Karrý hrísgrjóna fiskréttur	Heitt slátur með kartöflu-stöppu og grænum baunum	Fiskibollur með kartöflum og lauksmjöri	Kjúklinga réttur með sætum kartöflum	Blómkálssúpa með brauði

Með öllum réttum er boðið upp á ávexti og ferskt salat auk annars meðlætis.

Blágrýti ehf
Hafnarbraut 5
Sími: 466-1224 / 868-1202
Netfang: skolamatur@blagryti.is