


# Matseðill fyrir skólamat í Árskógar skóla

| Vika                | Mánudagur                                     | Þriðjudagur  | Miðvikudagur   | Fimmtudagur  | Föstudagur  |
|---------------------|---|--|--|--|---|
| 23. ágúst           |   |  |  |  | Súrmjólk með músli, brauði og áleggi                                  |
| 26. – 30. ágúst     | Baunabuff með hrísgrjónum og hvítlaukssósu    | Fiskibollur með kartöflum og lauksmjöri                  | Lasagne með brauði og grænmeti   | Ofnsteiktur lax með kartöflum og bræddu smjöri         | Kjötsúpa með brauðbollu   |
| 2. – 6. september   | Pönnusteiktur fiskur með hrísgrjónum          | Pylsupasta með grænmeti og brauði                        | Grísnitsel með kartöflubátum, og sósu  | Soðinn fiskur með kartöflum og soðnu grænmeti          | Grjóna-grautur og kalt slátur, rúsínur                                |
| 9. – 13. september  | Spínatbuff með hrísgrjónum og gúrkusósu       | Fiskur í raspi með kartöflum og koktailsósu              | Hakkabollur með kartöflustöppu og brúnni sósu  | Fiskborgari með kartöflubátum                          | Skýr með rjóma blandi, brauð og álegg                                 |
| 16.- 20. september  | Soðinn fiskur með kartöflum og soðnu grænmeti | Heitt slátur, kartöflustappa, jafningur og grænar baunir | Kjúklingabitar með kartöflubátum, hrásalati og kokteilsósu   | Fiskur í tómata með osti og hrísgrjónum                | Pastahlaðborð (hver og ein/n býr til sinn eigin pastadisk) með brauði |
| 23. – 27. september | Núðlur með kjúkling og grænmeti               | Plokkfiskur með rúgbrauði og smjöri                      | <br>Skóli velur | Chilli con carne með hrísgrjónum, sýrðum rjóma og osti | Fiskisúpa með brauðbollu  |

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](mailto:skolamatur@blagryti.is)