


# Matseðill fyrir skólamat í Dalvíkurskóla

Vika	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
1. -5. október	Steiktur turmeric fiskur með hrísgrjónum og súrsætri sósu	Skólabjúgu með soðnum kartöflum og uppstúf	Lamba-pottréttur með kartöflustöppu og grænmeti	Mexíkósúpa með kjúkling, sýrðum rjóma, osti og flögum	<b>Starfsdagur</b>
8. – 12. október	Marineraður fiskur með kúskús og steiktu grænmeti	Taco með nautahakki og tilheyrandi meðlæti	<b>Samráðsdagur</b>	Eggsteiktur þorskur með soðnum kartöflum	Grjóna-grautur og kalt slátur, rúsínur
15. – 19. Október	Soðinn fiskur með kartöflum og rótargrænmeti	Grísasnitselfiskur með kartöflum, gufusoðnu grænmeti og sósu	 Skóli velur	Plokkfiskur með rúgbrauði og smjöri	Skyr með rjómalandi, brauð og álegg
22. – 26. október	Heimalagaðar hakkbollur með kartöflustöppu	Fiskur með núðlum ofan á og ofnsteikt grænmeti	Kjúklingabitar með kartöflubátum, hrásalati og kokteilsósu	Lax með sítrónupipar með smjöri og hrísgrjónum	Pastahlaðborð (hver og ein/n býr til sinn eigin pastadisk) með brauði
29. október- 2. nóvember	Salsafiskur með osti og hrísgrjónum	Lasagne með brauði og grænmeti	Fiskibollur með soðnum kartöflum og lauksósu	Rjómalagað pasta með pepperoni og hvítlauksbrauði	Grjóna-grautur og kalt slátur, rúsínur
5. – 9. nóvember	Spínatbuff með hrísgrjónum og hvítlaukssósu	Soðinn fiskur með kartöflum og rótargrænmeti	Kjúklingaréttur með sætum kartöflum	Plokkfiskur með rúgbrauði og smjöri	Skyr með rjómalandi, brauð og álegg

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)**