

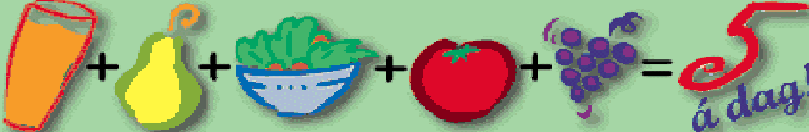


Mötuneyti Þelamerkurskóla í maí 2017

Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur	Laugardagur	Sunnudagur
1 Verkalýðsdagurinn	2 Soðinn fiskur með rúgbrauði	3 Grænmetisbuff með ítalskri sósu	4 Kjúklingur Sweet chili BBQ með ofnsteiktum kartöflum	5 Kjötsúpa a la Óli	6	7
8 Pepperonipasta með salati og brauði	9 Steiktur fiskur með lauk og remma	10 Steiktar kjötbollar með brúnni sósu	11 Lasagna með hvít-lauksbrauði	12 Kjúklingasúpa með öllu tilheyrandi	13	
15 Ofnbakaður fiskur með salati	16 Ostapasta með salati og brauði	17 Bjúgu með jafningi og meðlæti	18 Léttreyktar grísakótilettur	19 Skyr og brauð	20	
22 Skinkupasta með salati og brauði	23 Nætursaltaður fiskur með rúgbrauði	24 	25 Uppstigningardagur	26 Lambagrillsneiðar	27	
29 Kindagúllas í karrýsósu	30 Vorhátíð Grill - Pylsur í brauði	31 Starfsdagur Skólaslit				
<div data-bbox="1003 1166 2078 1437" data-label="Complex-Block"> <p><i>Borðum grænmeti og ávæxti heilsunnar vegna</i></p>  <p>Manneldisráð hvetur fólk á öllum aldri til að borða að minnsta kosti fimm skammta af grænmeti, ávæxtum eða kartöflum á dag.</p> <p><small>Ein skammtur getur verið einn meðalstór ávæxtur, 75-100 g af grænmeti, 1-2 kartöflur eða gas af hreinum ávæxtsafti.</small></p> </div>						