

# MÖTUNEYTI ÞELAMERKURSKÓLA Í JANÚAR Á ÞVÍ HERRANS ÁRI 2019

Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur	Laugardagur	Sunnudagur	
	1	2	3 Hakk og spakk með grænmeti	4 Grjónagrautur og slátur			
7 Steiktur fiskur með lauk og remma	8 Ostapasta með salati og heima-bökuðu brauði	9 Steiktar kjöt-bollur með brúnni sósu	10 Hrossagúllas með kartöflumús	11 Skyr og brauð með hangikjöti			
14 Grænmetisbuff með ítalskri sósu	15 Ofnbakaður lax með salati	16 Bjúgu með jafningi	17 Kjúklingur og ofnbakaðar franskar kartöflur	18 Súpa og salat			
21 Soðinn fiskur með rúgbrauði og smjöri	22 Skinkupasta með salati og heimabökuðu brauði	23 Steiktur bacon-búðingur með kartöflumús	24 Nemendaval hjá 9. og 10. bekk	25 Grjónagrautur og slátur			
28 Steiktar fiski-bollur með karry-sósu	29 Saltkjöt með jafningi og rófum	30 Pepperonipasta með salati og heimabökuðu brauði	31 Ofnsteiktur grísa-hnakki með kartöflum og salati				
							