

## Matseðill Háteigsskóla (Jurtafæði undir striki)

Janúar	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur		Föstudagur
1.- 3. janúar				<b>Starfsdagur</b>	Skólastjórásúpan Skólastjóra- grænmetisúpan
6. - 10. janúar	Skólahakkbollur (lamb + naut), kartöflur, sósa Grænmetisbollur	Steiktur fiskur "Kentucky", kartöflur, sósa Grænmetisbuff	Steikt kjúklingalæri, hrísgrjón, sósa Grænmetissnitsel	Ofnsteikt Langa (Ólífur, döðlur, perlulaukur, spínat), hrísgrjón Steikt grænmeti, hrísgrjón	Grænmetisbuff, hrísgrjón, sweet chillie, soya Quinoabuff
13. - 17. janúar	Kjúklingasnitsel, hrísgrjón, soya Grænmetissnitsel	Steiktur fiskur "Orly", kartöflur, sósa Gulrótarbuff	Steikt grísnitsel, kartöflur, sósa Steikt grænmeti, pasta	Fiskibollur, hrísgrjón, karrýsósa Grænmetisbollur	Grjónagrautur, slátur Grjónagrautur (haframjól)
20. - 24. janúar	Steiktur kjötbollur, kartöflur, sósa Pasta m/grænmeti	Steiktur fiskistangir, kartöflur, sósa Sætkartöflubollur	Steikt lambalæri, kartöflur, sósa Vorrúllur	Grænmetisbuff, hrísgrjón, sweet chillie, soya Quinoabuff	Kjötsúpa (lambkjöt, gulrætur, rófur, laukur) Grænmetissúpa (Jurtafæði, gulrætur, rófur, laukur)
27. - 31. janúar	Chilli con carne (nautakjöt, tómatar, nýrnabaunir) Chilli sin carne (jurtafæði, tómatar, nýrnabaunir)	Steiktur "Kentucky" fiskur, kartöflur, sósa Grænmetisfrikadellur	Nautagúllas, kartöflumús Grænmetisbuff	Soðinn fiskur, kartöflur, bræt smjör Grænmetisbollur	Kjúklingasúpa "Mexico" tortillaflögur, grísk jógurt Grænmetissúpa

Með öllum máltíðum er boðið uppá grænmeti og ávexti.  
Matseðillinn er birtur með fyrirvara um breytingar.