

Matseðill Háteigsskóla (Jurtafæði undir striki)

Nóvember	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
3. - 7. nóvember	Steiktur kjötbollur, kartöflumús, sósa	Steiktur þorskur í raspi, kartöflur, sósa	Námsviðtöl unglingad. Kjúklingabollur í pasta, heit tómatsósa	Námsviðtöl unglingad. Steiktur Lax, kartöflur, sósa	Grjónagrautur, slátur, kanilsykur
	Grænmetisbollur	Brauð hjúpuð broccolí, blómkáls blóm	Grænmetisbollur í pasta, heit tómatsósa	Vorrúllur	Grjónagrautur (haframjólk), kanilsykur
10. - 14. nóvember	Kjúklingasnitset, hrísgrjón, sósa	Steiktur þorskur "Indian Fix"(Bambus, laukur, spínat), kartöflur	Nautastroganoff, hrísgrjón	Soðinn fiskur, kartöflur, brædd smjör, tómatsósa	Ungversk Gúlassúpa
	Jurtasnitset	Sætkartöflubollur	Grænmetisstraganoff	Jurtanaggar	Ungversk Grænmetissúpa
17. - 21. nóvember	Hakk Boulognes, spaghetti	Starfsdagur	Steiktur kjúklingur, hrísgrjón, sósa	Fiskibollur, hrísgrjón, karrýsósa	Kjúklingasúpa
	Grænmetis Boulognes, spaghetti		Steikt grænmeti, hrísgrjón	Jurtabollur	Grænmetissúpa
24. - 28. nóvember	Steiktur skólabollur, kartöflur, sósa	Nætursaltaður fiskur, kartöflur, brædd smjör	Steikt grísafíle, kartöflur, sósa	Grænmetisbuff, hrísgrjón, sweet chillie, soya	Kjötsúpa (lambkjöt, gulrætur, rófur, laukur)
	Pasta m/grænmeti	Steikt grænmeti m/hrísgrjónum	Vorrúllur	Quinoabuff	Grænmetissúpa (Jurtakjöt, gulrætur, rófur, laukur)
1. - 5. desember	Chillie con carne (nautakjöt, tómatar, nýrnabaunir)	Steiktur orly hjúpaður fiskur, kartöflur, sósa	Steiktur kjúklingabringur, hrísgrjón, grillsósa	Steikt Langa í Pankoraspi, kartöflur, sósa	Skólastjórásúpan
	Chillie sin carne (jurtakjöt, tómatar, nýrnabaunir)	Grænmetisfrikadellur	Grænmetisbuff	Grænmetisbollur	Grænmetissúpa

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