

## Matseðill Vatnsendaskóla 01. maí. – 31. maí. 2023

	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
01. maí – 05. maí	<b>Verkalýðsdagurinn</b>	Kjöt í karrý grænmeti og brún hrísgrjón	Grjónagrautur og slátur	Fiskur í orlý kartöflur og sósur	Nautapottréttur og kartöflumús
08. maí – 12. maí	Fiskibollur kartöflur og lauksósa	Grænmetisbuff hrísgrjón salat og sósa	Mexíkósk kjúklingasúpa og meðlæti	Lax og ýsa kartöflur og sítrónusósa	Hakk og spagetti
15. maí – 19. maí	Léttsöltuð ýsa kartöflur og salat	Grísastrimlar m/brúnum hrísgrjónum og súrsætri sósu	Kjúklingaborgari kartöflur og salat	<b>Uppstigningardagur</b>	<b>Skipulagsdagur</b>
22. maí – 26. maí	Plokkfiskur og rúgbrauð	Sænskar kjötbollur kartöflumús og brúnsósa	Vanilluskyr og ostaslaufur	Kjúklingabitar kartöflur og sveppasósa	Lasagne og salat
29. maí – 31. maí	<b>Annar í hvítasunnu</b>	Ofnbökuð ýsa kartöflur og salat	Píta með hakkabuff salat og pítasósa		

**Ath: Meðlætisbar inniheldur ávallt tvær tegundir af ávöxtum og fjölbreytt úrval af grænmeti.**

**Matseðillinn er birtur með fyrirvara um breytingar !**

# Grænkerá matseðill Vatnsendaskóla 01. maí. – 31. maí. 2023

	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
01. maí – 05. maí	<b>Verkalíðsdagurinn</b>	Karrý pottréttur hrísgrjón og salat	Vegan Grjónagrautur og rúsínur	Buff með lauk og steiktum kartöflum	Grænmetisréttur og kartöflumús
08. maí – 12. maí	Vegan bollur kartöflur og sósa	Grænmetisbuff hrísgrjón salat og sósa	Mexíkósk súpa og meðlæti	Falafel buff steiktar kartöflur grænmeti og sósa	Hakkréttur með svörtum baunum og tackoskel
15. maí – 19. maí	Blómkálssteik kartöflur grænmeti og sósa	Grænmetis pottréttur og brún hrísgrjón	Grænmetissúpa	<b>Uppstigningardagur</b>	<b>Skipulagsdagur</b>
22. maí – 26. maí	Strimlar með kartöflumús og sósu	BBQ pulled strimlar með hrísgrjónum og súrsætri sósu	Kjúlingabaunasúps	Grænmetis vorrúllur kartöflur og sveppasósa	Grænmetis lasagne og salat
29. maí – 31. maí	<b>Annar í hvítasunnu</b>	Grænmetisbollur kartöflur grænmeti og sósa	Píta með buff salat og pítasósa		

**Ath: Meðlætisbar inniheldur ávallt tvær tegundir af ávöxtum og fjölbreytt úrval af grænmeti.**

**Matseðillinn er birtur með fyrirvara um breytingar !**