



AUSTURBÆJARSKÓLI

Matseðill janúar 2026



mánudagur 05/01

Fiskistangir með kartöflum og kokteilsósu/linsusúpa og brauð

Grænmeti og ávextir

þriðjudagur 06/01

Kjötbollur með heitri tómatsósu og kúskús/grænmetisbollur

Grænmeti og ávextir

miðvikudagur 07/01

Soðin ýsa með kartöflum og rúgbrauði/quinóabuff

Grænmeti og ávextir

fimmtudagur 08/01

Indverskur kjúklingapottréttur og hrísgrjón/grænmetisréttur

Grænmeti og ávextir

föstudagur 09/01

Kremuð blómkálsúpa og brauð

Ávextir

mánudagur 12/01

Ýsa í raspi með kartöflum og tómatsósu/spínatbuff

Grænmeti og ávextir

þriðjudagur 13/01

Hakk og heilhveitipasta skrúfur/heimalagaður pestó

Grænmeti og ávextir

miðvikudagur 14/01

Ofnbakaður þorskur og hrísgrjón/kúrbítsbaka

Grænmeti og ávextir



fimmtudagur 15/01

Kjúklingabollur með kartöflumús og sósu/linsubaunabollur

Grænmeti og ávextir

föstudagur 16/01

Grjónagrautur og slátur / grjónagrautur með kókosmjólk.

Ávextir

mánudagur 19/01

Ofnsteiktur lax með mangósósu og kartöflur/spínatbaka

Grænmeti og ávextir

þriðjudagur 20/01

Píta með kjúklingi og pítusósu/ kjúklingabaunabollur

Grænmeti og ávextir

miðvikudagur 21/01

Heimalagaður plokkfiskur og rúgbrauð /blómkálsgratín

Grænmeti og ávextir

fimmtudagur 22/01

Mexíkóskur kjöthakksréttur með hrísgrjónum / mexíkóskur grænmetisréttur

Grænmeti og ávextir

föstudagur 23/01

Grænmetissúpa og brauð

Ávextir

mánudagur 26/01

Nætursöltuð ýsa með kartöflum og bræddu smjöri/graskerssúpa og brauð

Grænmeti og ávextir

þriðjudagur 27/01

Nautagúllas pottréttur og kartöflumús/Baunaréttur

Grænmeti og ávextir

miðvikudagur 28/01



Ofnbökuð langa og hrísgrjón/Grænmetisbaka

Grænmeti og ávextir

fimmtudagur 29/01

Kalkúnabollur með ostasósu og kúskús/grænmetisbollur

Grænmeti og ávextir

föstudagur 30/01

Mexíkósk kjúklingasúpa og Nachos/Mexíkósk grænmetissúpa

Ávextir



Gleðilegt ár

Happy New Year

