



Matseðill Ölduselsskóla fyrir október



Dags.	mánudagur	þriðjudagur	miðvikudagur	fimmtudagur	föstudagur
1. - 3. okt			Grillaður lax með hrísgrjónum, spergilkáli og sinnepssósu	Kjúklingasnitsel með piparsósu, steiktum kartöflum og maís	Skýr með berjasósu, brauð og álegg
6. - 10. okt	Steiktar fiskibollar með remúlaði og kartöflusmælki	Hakkabollar með súrsætri sósu og hrísgrjónum	Steikt ýsa í raspi með soðnum kartöflum og kokteilsósu	Steikt grísasteik með brúnni sósu, ofnsteiktum kartöflum og grilluðu grænmeti	Aspassúpa og ostaslaufa
13. - 17. okt	Ýsa í orly með mangósósu, kartöflum og fersku salati	Kornflakes grænmetisbollar með hrísgrjónum og karrýsósu	Gufusoðin ýsa með kartöflusmælki, rúgbrauði og smjöri	Kjúklingalæri með kartöflubátum, fersku salati og lemon herb sósu	Grjónagrautur með rúsínum, lifrarpýlsu og kanilsykri
20. - 24. okt	Plokkfiskur með rúgbrauði	Nemenda- og foreldra viðtöl	Spaghetti bolognese með parmesan osti og fersku salati	Píta með buffi, pítusósu og grænmeti að eigin vali	Vetrarfrí
27. - 31. okt	Vetrarfrí	Vetrarfrí	Mexíkóskt kjúklingalasagna	Steikt ýsa í raspi með lauksmjöri og kartöflum	Íslensk kjötsúpa og brauð

Réttur er áskilinn til að breyta matseðli án fyrirvara