

# MATSEÐILL 13. jan – 19. jan 2025

<b>MÁNUDAGUR</b> 13. jan	<b>HÁDEGI:</b> Kindabjúga með kartöflum, grænum baunum, rauðkáli og jafning.  Brokkolísúpa.
<b>ÞRIÐJUDAGUR</b> 14. jan	<b>HÁDEGI:</b> Gufusoðin ýsa með papriku/lauksmjöri, grænmeti og kartöflum.  Grjónagrautur.
<b>MIÐVIKUDAGUR</b> 15. jan	<b>HÁDEGI:</b> Lamb í karrý með hrísgrjónum, grænmeti og hrásalati.  Kaldur ávaxtargrautur með rjómablandi.
<b>FIMMTUDAGUR</b> 16. jan	<b>HÁDEGI:</b> Pönnusteiktur steinbítur með kartöflum, grænmeti og brúnni sósu.  Grænmetissúpa.
<b>FÖSTUDAGUR</b> 17. jan	<b>HÁDEGI:</b> Grísahnakki með kryddjurtarkartöflum, grænmeti og piparsósu.  Royal banansplitt búðingur með rjóma.
<b>LAUGARDAGUR</b> 18. jan	<b>HÁDEGI:</b> Ýsa í orly með kartöflubátum, grænmeti og kokteilsósu.  Skyr með rjómablandi.
<b>SUNNUDAGUR</b> 19. jan.	<b>HÁDEGI:</b> folaldasnitsel i raspi með kartöflum, grænmeti og sveppasósu.  Ís

Með fyrirvara um breytingar

**SELTJÖRN**

