



# Hádegismatseðill fyrir leik- og grunnskóla í Fjarðabyggð

*Boðið er upp á eina til tvær tegundir af ávöxtum í hádeginu, reynt að hafa valið fjölbreytt.*

## Vika 3

**Mánudagur:**

**Gratineraður fiskur með grænmeti og kartöflum.**

**Grunnskóli Reyðarfjarðar: Steikt vegankjöt með salati og sósu**

**Þriðjudagur:**

**Soðið slátur með rófum og kartöflujafning.**

**Miðvikudagur:**

**Fiskiklattar með kartöflum og drottningarsósu**

**Grunnskóli Reyðarfjarðar: Kjúklíngapottréttur. Sama meðlæti.**

**Fimmtudagur:**

**Grænmetisbuff með brúnum hrísgrjónum og súrsætri sósu.**

**Föstudagur:**

**Hrisgrjónagrautur.**