

Matseðill fyrir



OKTÓBER



1.október	Grænmetissúpa og heimabakað brauð
2.október	Fiskur í ofni
3.október	Pastaréttur
6. október	Kjúklingur
7. október	Soðinn fiskur
8. október	Skyr og heimabakað brauð
9. október	Fiskur í ofni
10. október	Mexíkanskar pönnukökur
13. október	Kjúklingabauna buff
14.október	Soðinn fiskur
15.október	Blómkálssúpa og heimabakað brauð
16. október	Fiskur í ofni
17.október	Kjöt í karrý
20. október	Slátur
21.október	Lax
22.október	Grjónagrautur og heimabakað brauð
23. október	Steiktur fiskur
24. október	Hakk og spaghettí
27. október	Ævintýraferð úr eldhúsinu
28.október	Soðinn fiskur
29.október	Grænmetissúpa og heimabakað brauð
30.október	Fiskipollur
31.október	Pizza

