

Matseðill í Mars 2026

2.mars Grænmetislasagna
3. mars Soðinn fiskur
4. mars Grjónagrautur
5. mars Fiskur í ofni
6. mars Hakk og spaghetti

9. mars Kjúklinga núðlur
10. mars Soðinn fiskur
11. mars Grænmetissúpa og heimabakað brauð
12. mars Lax
13. mars Kjötsúpa

16. mars Slátur
17. mars Soðinn fiskur
18. mars Skyr og heimabakað brauð
19. mars Fiskur í ofni
20. mars Mexíkanskur pönnukökur

23. mars Gúllas
24.mars Soðinn fiskur
25. mars Blómkálssúpa og heimabakað brauð
26. mars Fiskur í ofni
27. mars Pizza

30.mars Ævintýraferð úr eldhúsinu
31. mars Soðinn fiskur



Áskorun!
Prófaðu að sleppa því að kvarta í einn dag. Ekki kvarta við aðra yfir neinu og alls ekki við sjálfan þig, ekki einu sinni hugsa það.



- Lærðu að elska þig -

#jakraanithugarfar