

## Matseðill TM mótsins í Eyjum 2017

|                     | Máltíð              | Aðalréttir  | Sérfæði  |
|---------------------|---------------------|---|--|
| <b>Miðvikudagur</b> | <b>Kvöldmatur</b>   | <b>Kjöttbollur</b> ,<br>kartöflur, sulta, lauksósa<br>Vatn  | <b>Gulrótabuff</b> frá<br>Heilsuréttum<br>fjölskyldunnar, salat,<br>jógúrtsósa |
| <b>Fimmtudagur</b>  | <b>Morgunmatur</b>  | Hafragrautur, súrmjólk,<br>kornfleks, brauð, álegg,<br>ávextir<br>Mjólk og vatn                                 | Sojamjólk o.sv.frv.  |
|                     | <b>Hádegismatur</b> | <b>Fiskistangir</b> í raspi,<br>kartöflur, salat,<br>karrýsósa<br>Vatn  | <b>Grænmetisbuff</b> , salat,<br>grísk karrýsósa                               |
|                     | <b>Kvöldmatur</b>   | <b>Hakk og spagetti</b> ,<br>heilhveitibrauðbollur,<br>tómatsósa<br>Vatn  | <b>Grænmetis lasagna</b><br>ásamt salati                                       |
|                     | <b>Kvöldvaka</b>    | <b>Íspinni</b>  | Frostpinni ekki grænn  |
| <b>Föstudagur</b>   | <b>Morgunmatur</b>  | Hafragrautur, súrmjólk,<br>kornfleks, brauð, álegg,<br>ávextir<br>Mjólk og vatn                                 | Sojamjólk o.sv.frv.  |
|                     | <b>Hádegismatur</b> | <b>Gríms plökkfiskur</b> ,<br>rúgbrauð og ferskt salat<br>Vatn  | <b>Hnetusteik</b> , ferskt salat<br>og indversk jógúrtsósa                     |
|                     | <b>Kvöldmatur</b>   | <b>Kjúklingabitar</b><br>franskar, sósa, salat<br>Pepsi og vatn   | <b>Grænmetisbollur</b> ,<br>hýðishrísgrjón, salat,<br>limedressing             |
| <b>Laugardagur</b>  | <b>Morgunmatur</b>  | Hafragrautur, súrmjólk,<br>kornfleks, brauð, álegg,<br>ávextir<br>Mjólk og vatn                                 | Sojamjólk o.sv.frv.  |
|                     | <b>Hádegismatur</b> | <b>Tortilluhlaðborð</b> með<br>kjúkling, gúrku,<br>tómötum, káli,<br>hrísgrjónum, osti, sósu<br>Vatn            | <b>Tortilluhlaðborð</b>  |
|                     | <b>Kvöldmatur</b>   | <b>Grillað</b> við Týsheimilið<br>SS pylsur í brauði með<br>tómát, sinnep og<br>remolaði,<br>Pepsi og Kristall. | Goðapylsur   |

TM mótsnefnd áskilur sér rétt til að breyta matseðli