



Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
1. desember	2. desember	3. desember	4. desember	5. desember
KFC þorskur með soðnum kartöflum og kokteil/tómat sósu. Grænmeti og ávextir	Mexikósk súpa með kjúklingi, grænmeti, tortillaflögum, rifnum osti og sýrðum rjóma. Ávextir	Grænmetisbuff með byggi og paprikusósu. Grænmeti og ávextir	Fiskur í hvítlauks marineringu með soðnum kartöflum og kaldri sósu. Grænmeti og ávextir	Kjötlasala með brauð. Grænmeti og ávextir
8. desember	9. desember	10. desember	11. desember	12. desember
Gufusoðin ýsa með soðnum kartöflum, bræddu smjöri og tómatsósu. Grænmeti og ávextir	Píta með kjúklingakjöti, grænmeti og pítusósu. Ávextir	Hrísgrjónagrautur með kanilsykri, rúsínum, lifrapylsu og blóðmör. Ávextir.	Karfi í mango chilli marineringu með kínoa og kaldri sósu. Grænmeti og ávextir	Kakó súpa með tvíbökuðum og piparkökum. Ávextir
15. desember	16. desember	17. desember	18. desember	19. desember
Ýsa í raspi með soðnum kartöflum og tómatsósu/ kokteilsósu. Grænmeti og ávextir	JÓLAMATUR Hamborgarhryggur með kartöflugratín, rjómalagaðri sósu, rauðkáli og grænum baunum. Ís	Vanilluskýr með berjablöndu og skonsu. Ávextir	Steiktur lax með cous-cous og kaldri sósu. Grænmeti og ávextir	Pastasalat með skinku. Ávextir

ATH matseðillinn er birtur með fyrirvara um breytingar.

FJÖLBREYTT ÚRVAL AF ÁVÖXTUM OG GRÆNMETI ALLA DAGA

Munið að tilkynna um fæðuóþol eða ofnæmi til Andreu andrea.s@kopavogur.is matreiðslumanns Kóraskóla.
Einnig þarf að skila vottorði frá lækni í mötuneytið eða í móttöku hjá ritara.

Matseðillinn er gerður af nemendum 8. árgangs