

FYNBOSPARK OCTOBER MENU

MONTH: **OCTOBER 2026**

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY
			1	2
			Ham and Cheese Quiche, Parsley Potatoes, Mixed Vegetables, Salad	Fish Fingers, Savoury Rice, Coleslaw, Tomato Salad
5	6	7	8	9
Macaroni Cheese with Bacon, Tomato Salad, Baby Marrows	Game Pot, Samp, Mixed Vegetables, Gem Squash	Chicken Parmesan, Mashed Potatoes, Steamed Vegetables, Green Salad PUDDING	Mince Curry, Rice, Cauliflower & White Sauce	Battered Hake, Potato Salad, Coleslaw, Carrot Salad
12	13	14	15	16
Spaghetti Bolognaise, Gem Squash, Warm Beetroot	Cabbage Stew with Beef, Rice, Pumpkin, Cut Corn	Meatballs in Tomato & Onion Sauce, Mashed Potatoes, Carrots, Broccoli & White Sauce PUDDING	Chicken Kebabs, Curry Pasta Salad, Creamy Spinach, Garlic Yoghurt Sauce	Boerewors, Mashed Potatoes, Cabbage, Carrots
19	20	21	22	23
Cottage Pie, Broccoli, Butternut, Green Salad	Green Bean Stew with Pork, Rice, Pumpkin, Beetroot Salad	Gammon with Mustard Sauce, Mashed Potatoes, Cauliflower & White Sauce, PUDDING	Liver Cakes, 3-Bean Salad, Sweet & Sour Bacon Sauce	Battered Hake, Savoury Rice, Coleslaw, Tomato Salad
26	27	28	29	30
Shepherd's Pie, Beetroot, Baby Marrows, Garden Salad	Tomato Stew with Mutton, Rice, Braised Cabbage, Sambals	Ask for More Chicken, Potatoes, Broccoli & Cauliflower, Carrots, PUDDING	Pineapple Pork, Rice, Green Beans with Potatoes, Butternut	Fish Cakes, Potato Bake, Gem Squash, Cut Corn

MENU SUBJECT TO CHANGE

FYNBOSPARK OKTOBER SPYSKAART

MAAND: **OKTOBER 2026**

MAANDAG	DINSDAG	WOENSDAG	DONDERDAG	VRIDAG
			1	2
			Ham en Kaas Quiche, Pietersielie Aartappels, Gemengde Groente, Slaai	Visvingers, Gegeurde Rys, Koolslaai, Tamatieslaai
5	6	7	8	9
Macaroni en Kaas met Spek, Tamatieslaai, Baba Murgpampoentjies	Wildspot, Samp, Gemengde groente, Skorsies	Hoender Parmesan, Kapokaartappels, Gestoomde Groente, Groenslaai, POEDING	Maalveiskerrie, Rys, Blomkool & Witsous	Gebakte Vis, Aartappelslaai, Koolslaai, Wortelslaai
12	13	14	15	16
Spaghetti Bolognaise, Skorsies, Warm Beet	Koolbredie met Beesvleis, Rys, Pampoen, Mielies	Frikkadelle in Tamatie-en-Uiesous, Kapokaartappels, Wortels, Broccoli & Witsous, POEDING	Hoender Kebabs, Kerrie Pastaslaai, Romerige Spinasie, Knoffel-Jogurtsous	Boerewors, Kapokaartappels, Kool, Wortels
19	20	21	22	23
Cottage Pie, Broccoli, Botterskorsie, Groenslaai	Groenboontjie Bredie met Vark, Rys, Pampoen, Beetslaai	Gammon met Mosterdsous, Kapokaartappels, Blomkool & Witsous, POEDING	Lewerkoekies met Speksous, 3-Bone Slaai, Rys	Gebakte Vis, Gegeurde Rys, Koolslaai, Tamatieslaai
26	27	28	29	30
Herderspastei, Beet, Baba Murgpampoentjies, Groenslaai	Tamatiebredie met Skaapvleis, Rys, Roerbraai Kool, Sambals	Vra-vir-Meer Hoender, Aartappels, Broccoli, Wortels, POEDING	Pynappel-Vark, Rys, Groenbone met Aartappels, Botterskorsie	Viskoekies, Aartappelgebak, Skorsies, Mielies

SPYSKAART ONDERHEWIG AAN VERANDERING