

NAUSTATJÖRN



Hádegisverður í Naustatjörn*

Október 2011



Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
3. Soðinn fiskur, kartöflur, soðið grænmeti og kryddsmjör	4. Svikinn héri, kartöflustappa og sósa	5. Plokkfiskur salat og rúgbrauð	6. Kjúklingapasta og salat	7. Hrísgrjónagrautur, brauð og álegg
10. Soðinn fiskur, kartöflur rófur og tómatafeiti	11. Kjöt og Karry, hrísgrjón og salat	12. Steiktur fiskur í raspi, salat og Kartöflur	13. Spaghetti bolognese og salat	14. Blómkálssúpa brauð og álegg
17. Soðinn fiskur m/kartöflum, salat og laukfeiti	18. Íslensk kjötsúpa	19. Ofnbakaður Tandooriporskur, salat hrísgrjón og sósa	20. Soðnar Kjötbollur, hvítkál, kartöflur og sósa	21. Makkarónusúpa, brauð og álegg
24. Soðinn fiskur m/kartöflum, rifnum gulrótum og tómatsósu	25. Grænmetislasagna, salat og Hýðishrísgrjón	26. Fiskibollur, kartöflur, salat og jóгурtdressing	27. Val Naustaskóli	28. Ítölsk Minestronesúpa, brauð og álegg
31. Soðinn fiskur kartöflur, tómatar og bræddu smjóri	1.11 Hakkabuff, kartöflur, salat og lauksósa	2. Ofnsteiktur fiskur, kryddgrjónog salat	3. Steiktur kjúklingur, salat, kartöflur og kryddressingu	4. Skyr brauð og álegg

*með fyrirvara um breytingar