



Hádegisverður í Naustaskóla*

Október 2020



Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
5. Ofnbakaður fiskur, hrísgrjón ,salatbar og ostasósa Ávextir	6. Soðið slátur, kartöflur, rófur og jafningur Ávextir	7. Soðinn fiskur, kartöflur grænmeti,salatbar og lauksmjör Ávextir	8. Grænmetisbuff, kúskús, salatbar og hvítlauksdressing Ávextir	9. Hrísgrjónagrautur og slátur Ávextir
12. Kjötþúðingur, kartöflur, lauksósa, grænar baunir og gúrka Ávextir	13. Fiskur björkebye, hrísgrjón, salatbar og salsadressing Ávextir	14. Kjöt, karrý og kartöflur Ávextir	15. Fiskipottréttur, hrísgrjón og salatbar Ávextir	16. Aspassúpa, brauð og salatbar Ávextir
19. Fiskibollur, kartöflur, salatbar og pipardressing Ávextir	20. Íslensk kjötsúpa og brauð Ávextir	21. Kjúklingaréttur, hrísgrjón og gúrka Ávextir	22. Soðinn fiskur, kartöflur, gulrætur og tómatsósa Ávextir	23. Nautagúllas bygg og salat Ávextir
26. Plokkfiskur, salatbar og rúgbrauð Ávextir	27. Kjötballur, kartöflur, brún sósa og paprika Ávextir	28. Steiktur fiskur í raspi, hrísgrjón, salatbar og tikkamasaladressing Ávextir	29. Tortillur með hakki og grænmeti Ávextir	30. Grjónagrautur og slátur Ávextir

*með fyrirvara um breytingar