

NAUSTATÖRN



Hádegisverður í Naustaskóla*

Janúar 2019



Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
7. Ofnbakaður fiskur í ostasósu, hrísgrjón og salatbar Ávextir	8. Soðið slátur, kartöflur rófur og jafningur Ávextir	9. Soðinn fiskur, kartöflur gulrætur, tómatsósa og salatbar Ávextir	10. Grænmetisbuff, kúskús, salatbar og salsadressing ávextir	11. Grjónagrautur og slátur Ávextir
14. Svikinn héri, kartöflur, gúrka og brún sósa Ávextir	15. Ofnsteiktur fiskur, steiktur kartöflur, salatbar og jógúrt dressing Ávextir	16. Kjöt, karrý og salat Ávextir	17. Fiskipottréttur, bygg og rifnar gulrætur Ávextir	18. Blómkálssúpa, brauð og salatbar Ávextir
21. Fiskibollur, kartöflur, salat og mangóddressing Ávextir	22. Íslensk kjötsúpa og salatbar Ávextir	23. Grænmetislasagna, hrísgrjón og paprika Ávextir	24. Nætursaltaður fiskur, kartöflur, grænmeti, lauksmjör og salatbar Ávextir	25. Grjónagrautur og þorrasmakk Ávextir
28. Plokkfiskur, rúgbrauð, og salatbar Ávextir	29. Kjötbollur, kartöflur, grænar baunir, salat og piparsósa Ávextir	30. Fiskur í raspi, kartöflubátar, paprika og tómatkryddressing Ávextir	31. Pizza Ávextir	1.2 Nautagúllas, hrísgrjón og gúrka Ávextir

*með fyrirvara um breytingar