

NAUSTATÖRN



## Hádegisverður í Naustaskóla\*

október 2017



Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
2. Hakk, spaghetti og gúrka Ávextir	3. Steiktur fiskur, kartöflur salatbar og Graslauksdressing Ávextir	4. Grísasnitzelt, kartöflur, salat og piparostasósa Ávextir	5. Ofnbakaður fiskur í spínatrjóma, hrísgrjón og rifnar gulrætur Ávextir	6. Blómkálssúpa, brauð og salatbar Ávextir
9. Ofnsteiktur fiskur, bygg, paprika og blaðlaukssósa Ávextir	10. Lasagna, kryddbrauð og gúrka Ávextir	11. Soðinn fiskur, kartöflur, grænmeti og tómatsósa Ávextir	12. Steiktur kjúklingur, hrísgrjón, salat og hvítlauksdressing Ávextir	13. Skyr brauð, álegg og salatbar Ávextir
16. Ofnbakaður fiskur í karrýostasósu, hrísgrjón og salat Ávextir	17. Hakkabuff, kartöflur, gúrka og lauksósa Ávextir	18. Fiskibollur, kartöflur salatbar og gúrkudressing Ávextir	19. Austurlenskur lambapottréttur kúskús og tómatar Ávextir	20. Pizza Ávextir
23. Fiskipottréttur, hrísgrjón og gúrka Ávextir	24. Soðið slátur, kartöflur, rófur og jafningur Ávextir	25. Soðinn fiskur, kartöflur, gulrætur, brætt smjör og salatbar Ávextir	26. Grænmetisbuff, hýðishrýsgrjón, paprika og sólskinsdressing Ávextir	27. Grjónagrautur, slátur og salatbar Ávextir
30. Kjötbúðingur, kartöflur grænar baunir, salat og brún sósa Ávextir	31. Ofnbakaður lax, hrísgrjón, gúrka, mangósdressing og salatbar. Ávextir	1.11 Kjöt og karrý Ávextir	2.11 Ofnbakaður fiskur, hrísgrjón paprika og hvítlaukssósa Ávextir	3.11 Sveppasúpa, brauð og salatbar Ávextir

\*með fyrirvara um breytingar