

NAUSTATÖRN



Hádegisverður í Naustaskóla*

Október 2022



Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
3. Fiskur í raspi, kartöflur, paprika og tómakryddressing Ávextir	4. Grænmetispottréttur, hrísgrjón og salatbar Ávextir	5. Lasagna, sætkartöflustappa og gúrka Ávextir	6. Soðinn fiskur, gulrætur, kartöflur, tómatsósa og salatbar Ávextir	7. Skr brauð og álegg Ávextir
10. Kjötbullur, kartöflur, gúrka og brún sósa Ávextir	11. Bleikur fiskur, hrísgrjón, salatbar og graslauksdressing Ávextir	12. Skinkupasta og salat Ávextir	13. Lambapottréttur, bygg og gulrætur Ávextir	14. Grænmetissúpa, brauð og salatbar Ávextir
17. Plokkfiskur, rúgbrauð og salatbar Ávextir	18. Gulrótabuff, hrísgrjón, salatbar og hvítlauksdressing Ávextir	19. Grísasteik, steiktur kartöflur, salat og piparsósa Ávextir	20. Steiktur fiskur, kryddgrjón, salatbar og kryddjurtasósa Ávextir	21. Grjónagrautur og slátur Ávextir
24. Kjötþúðingur, kartöflur gúrka og brún sósa Ávextir	25. Ofnsteiktur fiskur, kúskús, salatbar og masalasósa Ávextir	26. Íslensk kjötsúpa Ávextir	27. Kjúklingur, kartöflur, salat og sveppasósa Ávextir	28. Baunabuff, hrísgrjón, salatbar og ostasósa Ávextir
31. Fiskur björkeby, kartöflur, gúrka og pipardressing Ávextir	1.11. Grænmetisbollur hrísgrjón súrsæt sósa og salatbar Ávextir	2.11. Kjöt, kartöflur og karrysósa Ávextir	3.11. Soðinn fiskur, grænmeti, kartöflur salatbar og lauksmjör Ávextir	4.11. Hrísgrjónaréttur með nautakjöti og salatbar Ávextir

*með fyrirvara um breytingar