

# OKTÓBER 2020

Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur	Laugardagur	Sunnudagur
			1.	2.	3.	4.
			Grísnitsel í raspi, kartöflur, rauðkál, grænar baunir, piparsósa	Tómat-karrýfiskur, hrísgrjón, salat		
5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.
Ofnbakaður fiskur með karrýostasósu, kartöflur, salat	Kjúklingur í mexíkó ostasósu, hrísgrjón, grænmeti	Gúlassúpa, brauð og álegg, brauðsalat	Ofnbakaður lax, sætkartöflufranskar, salat, sósa	Ítalskar kjötbollur, heilhveitipasta, pastasósa og salat		
12.	13.	14.	15.	16.	17.	18.
Fiskiklattar, kartöflur, remolaði/tómatsósa, salat	Kjúklingaréttur, hrísgrjón, salat	Grænmetissúpa, brauð og álegg, brauðsalat	Lasagna, hrásalat/salat, hvítlauksbrauð	Soðin ýsa, kartöflur, grænmeti, rúgbrauð, smjör		
19.	20.	21.	22.	23.	24.	25.
Snakk Ýsa, hrísgrjón, salat	Grænmetisbollur, sætkartöflumús, chili mayo, salat	Kjúklingasúpa, brauð og álegg, brauðsalat	Soðinn þorskur, kartöflur, grænmeti, rúgbrauð, smjör	Hakk og spaghetti, pastasósa, grænmeti		
26.	27.	28.	29.	30.	31.	
Þorskbítar í raspi, kartöflur, remolaði/tómatsósa, salat	Pastaréttur með tómat, grænmeti og beikonkurli, hvítlauksbrauð, salat	Grjónagrautur, slátur, brauð og álegg	Lambagúllas, hrísgrjón og salat	Soðin ýsa, kartöflur, grænmeti, flatkökur, smjör		

## ANNAÐ

### Ávextir

Daglega verður boðið upp á ferska ávexti; melónur, banana, vínber, epli og fl.

### Drykkir

Vatn, nema annað sé tekið fram.