

OKTÓBER 2021

Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur	Laugardagur	Sunnudagur
				1. Grænmetisbuff, hrísgrjón, sinnepssósa	2.	3.
4. Silungur með mango chutney, kartöflur með steinselju, salat, sósa	5. Stroganoff, hrísgrjón með karrý, salat	6. Kjötsúpa, brauð og álegg	7. Fiskur í raspi, kartöflur, lauksmjör og aioli	8. Hakk og spaghetti, pastasósa, grænmeti	9.	10.
11. Kjúklingur, kartöflubátar, hrásalat, sveppasósa	12. Þorskur í hvítlaukssósu, kartöflur með steinselju, grænmeti	13. Gúlassúpa, brauð og álegg	14. Nautapottréttur, hrísgrjón, salat	15. Ofnbakaður fiskur, hrísgrjón, salat, blaðlaukssósa	16.	17.
18. Lasagna, salat, hvítlauksbrauð	19. Bakaður þorskur, kartöflur með rósmarín, grænmeti, rúgbrauð og smjör	20. Nemendaval Patreksskóli Píta með hakki og grænmeti, pítusósa og tómatsósa	21. Kjúklingur í mexíkóostasósu, hrísgrjón, grænmeti	22. Lax með sesam teriyaki, kartöflur, salat (ekki skóli)	23.	24.
25. Kjúklingur með mangó chutney, hrísgrjón, salat (ekki skóli)	26. Soðinn þorskur, kartöflur, grænmeti, rúgbrauð, smjör, feiti	27. Nemendaval Araklettur Kjötbollur, kartöflur, brún sósa, grænmeti	28. Lambagúllas, hrísgrjón, salat	29. Fiskiklattar, kartöflur, remolaði/tómatsósa, salat	30.	31.

ANNAÐ

Ávextir

Daglega verður boðið upp á ferska ávexti; banana, epli, appelsínur, perur og fl.

Drykkir

Vatn, nema annað sé tekið fram.