

Mánudagur 3. nóvember

Soðinn fiskur með kartöflum, lauksmjöri og hamsatólg
Aukaréttur fyrir fisklausa: Grænmetisbuff með hrísgrjónum og hvítlaukssósu.

Salatbar og ávextir

Þriðjudagur 4. nóvember

Kjötbollur með kartöflumús, grænum baunum og brúnni sósu

Salatbar og ávextir

Miðvikudagur 5. nóvember

Pönnusteikt langa með hrísgrjónum, grænmeti og rjómalagaðri sósu.

Aukaréttur fyrir fisklausa: Lambabógsneiðar

Salatbar og ávextir.

Fimmtudagur 6. nóvember

Kjúklingaleggir í góða kryddinu með krydd kartöflum og kjúklingasósu.

Salatbar og ávextir.

Föstudagur 7. nóvember

Pizza party : Pepperoni pizza og margarita

Salatbar og ávextir.

(Breytingar á rétt verður samkvæmt ofnæmum)

Mánudagur 10. nóvember

Pönnusteiktur fiskur í raspi með kartöflum, lauksmjöri og remúlaði.

Aukaréttur fyrir fisklausa: Snitsel með kartöflum, lauksmjöri og brúnni sósu

Salatbar og ávextir

Þriðjudagur 11. nóvember

Grísastrimlar í sweet chili með hrísgrjónum.

Aukaréttur fyrir grís og glútenlausa: Kjúklingastrimlar með sweet chili og hrísgrjónum

Salatbar og ávextir.

Miðvikudagur 12. nóvember

Blómkálssúpa með ný bökuðu brauði

Salatbar og ávextir

Fimmtudagur 13. nóvember

Kjúklingalasagna með hvítlauksbrauði.

Aukaréttur fyrir tómát, gluten og mjólkurlausa: Grýta með hrísgrjónum og grænmeti.

Salatbar og ávextir

Föstudagur 14. nóvember

Hamborgari með frönskum (ostur og beikon til hliðar)

Salatbar og ávextir

(Breytingar á rétt verður samkvæmt ofnæmum)

Mánudagur 17. nóvember

Soðinn fiskur með kartöflum, lauksmjöri og hamsatólg

Aukaréttur fyrir fisklausa: Grænmetisbuff með hrísgrjónum og hvítlaukssósu

Salatbar og ávextir

Þriðjudagur 18. nóvember

Kindabjúgu með uppstúf, grænum baunum og kartöflum

Salatbar og ávextir

Miðvikudagur 19. nóvember

Plokkfiskur með rúgbrauði.

Aukaréttur fyrir tómát, gluten og mjólkurlausa: Grýta með hrísgrjónum og grænmeti.

Salatber og ávextir.

Fimmtudagur 20. nóvember

Kjúklingur í barbeque með kartöfluskífum og hvítlaukssósu

Salatbar og ávextir

Föstudagur 21. nóvember

Pasta carbonara með hvítlauksbrauði

Aukaréttur fyrir glútenlausa: Kjúklingasúpa

Salatbar, ávextir

(Breytingar á rétt verður samkvæmt ofnæmum)

Mánudagur 24. nóvember

Gratineruð langa með hrísgrjónum og rjómalagaðri sósu.

Aukaréttur fyrir fisklausa: Grænmetisbuff með hrísgrjónum og hvítlaukssósu

Salatbar og ávextir.

Þriðjudagur 25. nóvember

Grjónagrautur með slátri og blóðmör.

Salatbar og ávextir.

Miðvikudagur 26. nóvember

Hakkabuff og spælegg með brúnni sósu, grænum baunum og kartöflumús

Salatbar og ávextir.

Fimmtudagur 27. nóvember

Spagetti bolognese og hvítlauksbrauð.

Salatbar og ávextir

Föstudagur 28. nóvember

Kfc kjúklingur með kartöfluskífum og kfc sósu.

Salatbar og ávextir

(Breytingar á rétt verður samkvæmt ofnæmum)