

Nóvembermatseðill Árskóla.

Fimmtudagur 1.	Bjúgu með kartöflum og uppstúf.
Föstudagur 2.	Kjúklingabitar með kartöflubátum og kokteilsósu.
Mánudagur 5.	Fiskibollur, kartöflur, lauksósa og grænmeti.
Þriðjudagur 6.	Kjöt í karrí, hrísgrjón og kartöflur.
Miðvikudagur 7.	Soðinn fiskur, kartöflur og grænmeti.
Fimmtudagur 8.	Skipulagsdagur.
Föstudagur 9.	Snitsel, kryddbrúnaðar kartöflur, grænar baunir og sósa.
Mánudagur 12.	Hakk, spagetti og kartöflumús.
Þriðjudagur 13.	Ofnbakaður fiskur, grænmeti og kartöflur.
Miðvikudagur 14.	Grjónagrautur og slátur.
Fimmtudagur 15.	Eggsteiktur fiskur, kartöflur og köld sósa.
Föstudagur 16.	Mexíkólasagne, sýrður rjómi og salat.
Mánudagur 19.	Léttsaltaður fiskur, rúgbrauð og kartöflur.
Þriðjudagur 20.	Litlar kjötbollur, sósa og kartöflumús.
Miðvikudagur 21.	Fiskur í raspi með kartöflum og remúlaði.
Fimmtudagur 22.	Pasta með karbonarasósu og brauð.
Föstudagur 23.	Íslensk kjötsúpa.
Mánudagur 26.	Skyr, brauð og álegg.
Þriðjudagur 27.	BBQ kjúklingaréttur, hrísgrjón og grænmeti.
Miðvikudagur 28.	Plokkfiskur, rúgbrauð og grænmeti.
Fimmtudagur 29.	Slátur, kartöflumús og rófur.
Föstudagur 30.	Steiktur fiskbúðingur, karrísósa og hrísgrjón.

Salatbar alla daga.