

2 Hádegisverður

Week 43

21.10.2024 - 27.10.2024

Lunch

	Mon 21/10	Tue 22/10	Wed 23/10	Thu 24/10	Fri 25/10	Sat 26/10	Sun 27/10
A1	Steiktar hakkbollur, Tzatziki sósa, Miðjarðarhafshrísgjón , Grískt salat, Jarðarberja jógúrt	Ýsa í Tempura, Tartarsósa, Sætkartöflu franskar, Sítrónubátur, Gufusoðið blómkál og gulrætur, Blaðlaukssúpa	Steiktar fiskibollur, Karrýsósa, Hrísgjón, Soðnar gulrætur, Brauðsúpa, Þeyttur rjómi	Steiktur grísahnakki „dijon“, Estragon sinnepssósa, Steiktar kartöflur, Rauðkál, Ávaxta Romanoff	Kjúklingur í lemon butter, Grillpiparsósa, Kartöflubátar, Mexico mix, Vanilluís	Porskur í rjómaostasósu, Ofnbakaðar kartöfluskífur, Tómatar, agúrkur, Hrísgjónagrautur, Kanilsykur	Fyllt grísasíða, Steikarsósa , Kartöflugratín, Rauðkál, Gulrætur, grænar baunir, Daim ísblóm
A2 - hentar eldri kynslóðinni	Steiktar hakkbollur, Tzatziki sósa, Kartöflumús, Grískt salat, Jarðarberja jógúrt	Ýsa í Tempura, Tartarsósa, Sætkartöflu franskar, Sítrónubátur, Gufusoðið blómkál og gulrætur, Blaðlaukssúpa	Steiktar fiskibollur, Karrýsósa, Kartöflur, Soðnar gulrætur, Brauðsúpa, Þeyttur rjómi	Steiktur grísahnakki „dijon“, Estragon sinnepssósa, Steiktar kartöflur, Rauðkál, Ávaxta Romanoff	Kjúklingur í lemon butter, Grillpiparsósa, Kartöflubátar, Agúrkusalat, Vanilluís	Porskur í rjómaostasósu, Ofnbakaðar kartöfluskífur, Tómatar, agúrkur, Hrísgjónagrautur, Kanilsykur	Fyllt grísasíða, Steikarsósa , Kartöflugratín, Rauðkál, Gulrætur, grænar baunir, Daim ísblóm
OP	Steiktar hakkbollur, Tzatziki sósa, Kartöflumús, Grískt salat, Jarðarberja jógúrt	Ýsa í Tempura, Tartarsósa, Sætkartöflu franskar, Sítrónubátur, Gufusoðið blómkál og gulrætur, Blaðlaukssúpa	Steiktar fiskibollur, Karrýsósa, Kartöflur, Soðnar gulrætur, Brauðsúpa, Þeyttur rjómi	Steiktur grísahnakki „dijon“, Estragon sinnepssósa, Steiktar kartöflur, Rauðkál, Ávaxta Romanoff	Kjúklingur í lemon butter, Grillpiparsósa, Kartöflubátar, Agúrkusalat, Vanilluís	Porskur í rjómaostasósu, Ofnbakaðar kartöfluskífur, Tómatar, agúrkur, Hrísgjónagrautur, Kanilsykur	Fyllt grísasíða, Steikarsósa , Kartöflugratín, Rauðkál, Gulrætur, grænar baunir, Daim ísblóm
A3 - grænmetisfæði	Spínatbollur, Tzatziki sósa, Miðjarðarhafshrísgjón , Grískt salat, Jarðarberja jógúrt	Sólarbuff með maís og baunum, Tartarsósa, Sætkartöflu franskar, Gulrótasalat með rúsínum og safa, Jarðarberja- og bananaskyr, Rjómi	Grænmetis vorrúllur, Súrsæt sósa, Hrísgjón, Hvítkál, agúrkur og gulrætur, Brauðsúpa, Þeyttur rjómi	Grænmetisréttur Tikka masala, Hrísgjón, Jöklasalat með rauðri papriku, Naan brauð, Ávaxta Romanoff	Sætk. bauna spínat karrý, Kartöflubátar, Agúrkusalat, Naan brauð, Vanilluís, Vínber	Kínóa buff, Köld karrýsósa, Sólar bulgur með bökuðu grænmeti, Tómatar, agúrkur, Hrísgjónagrautur, Kanilsykur	Grasker með trónuberjum og sólþurrkuðum tómötum, Bankabygg með sólþurrkuðum tómötum, Focaccia með tomat, Rauðkál oriental, Daim ísblóm

RDS kjöt/fiskur	Steiktar hakkbollur, Tzatziki sósa, Miðjarðarhafshrísgjón , Grískt salat, Vínber	Ýsa í Tempura, Tartarsósa, Sætkartöflu franskar, Sítrónubátur, Gufusoðið blómkál og gulrætur, Gulrótasalat með rúsínum og safa, Blaðlaukssúpa	Steiktar fiskibollur, Karrysósa, Hrísgjón, Hvítkál, agúrkur og gulrætur, Soðnar gulrætur, Epli	Steiktur grísahnakki „dijon“, Estragon sinnepssósa, Steiktar kartöflur, Rauðkál, Jöklasalat með rauðri papriku, Vatnsmelóna	Kjúklingur í lemon butter, Grillpiparsósa, Kartöflubátar, Mexico mix, Agúrkusalat, Vatnsmelóna	Porskur í rjómaostasósu, Ofnbakaðar kartöfluskífur, Tómatar, agúrkur, Linsubaunasúpa	Fyllt grísa síða, Steikarsósa , Kartöflugratín, Rauðkál, Gulrætur, grænar baunir, Epli
RDS grænmetisfæði	Spínatbollur, Tzatziki sósa, Miðjarðarhafshrísgjón , Grískt salat, Vínber	Sólarbuff með maís og baunum, Tartarsósa, Sætkartöflu franskar, Gulrótasalat með rúsínum og safa, Vínber	Grænmetis vorrúllur, Súrsæt sósa, Hrísgjón, Hvítkál, agúrkur og gulrætur, Grænmetissúpa dagsins	Grænmetisréttur Tikka masala, Hrísgjón, Jöklasalat með rauðri papriku, Naan brauð, Tómatasúpa með basil	Sætk. bauna spínat karry, Kartöflubátar, Agúrkusalat, Naan brauð, Spergilkáls- og blómkálssúpa	Kínóa buff, Köld karrysósa, Sólar bulgur með bökuðu grænmeti, Tómatar, agúrkur, Pera	Grasker með trönuberjum og sólþurrkuðum tómötum, Bankabygg með sólþurrkuðum tómötum, Focaccia með tomat, Rauðkál oriental, Súkkulaði skyr, Nýmjólk