

2 Hádegisverður

Week 27

01.07.2024 - 07.07.2024

Lunch

	Mon 1/7	Tue 2/7	Wed 3/7	Thu 4/7	Fri 5/7	Sat 6/7	Sun 7/7
A1	Kjúklingahálfmálar, Kantarellu sveppasósa, Kryddjurta kartöflur, Soðnar maísbaunir, Púff skyr með jarðarberja og límónu	Steiktur fiskibollur, Brún lauksósa, Kartöflur, Blómkál og spergilkál, Blómkálssúpa	Nauta hakkabuff, Brún rifsberjasósa, Steinselju kartöflur, Rauðbeður, Melónujógúrt	Kjúklingur í kínversku BBQ, Hrísgjón, Gufusoðin spergilkálsblanda, Rjómalöguð sellerí og gulrótasúpa	Steiktur fiskur í raspi, Remúlaði, heimalagað, Kartöflur, Sítróna, Agúrkusalat, Tómatsúpa með basil	Fiskur í hvítlauk, Tartarsósa, Kartöflur, Gufusoðnar gulrófur, Kakósúpa, Tvíbökur	Kalkúnabringur, Villisveppa piparostasósa, Sætkartöflumús, Rótargrænmeti, Spergilkáls- og blómkálssúpa
A2 - hentar eldri kynslóðinni	Kjúklingahálfmálar, Kantarellu sveppasósa, Kryddjurta kartöflur, Rauðkálssalat, Púff skyr með jarðarberja og límónu	Steiktur fiskibollur, Brún lauksósa, Kartöflur, Blómkál og spergilkál, Blómkálssúpa	Nauta hakkabuff, Brún rifsberjasósa, Steinselju kartöflur, Rauðbeður, Melónujógúrt	Kjúklingur í kínversku BBQ, Kartöfluskífur með timían, Gufusoðin spergilkálsblanda, Rjómalöguð sellerí og gulrótasúpa	Steiktur fiskur í raspi, Remúlaði, heimalagað, Kartöflur, Sítróna, Agúrkusalat, Tómatsúpa með basil	Fiskur í hvítlauk, Tartarsósa, Kartöflur, Gufusoðnar gulrófur, Kakósúpa, Tvíbökur	Kalkúnabringur, Villisveppa piparostasósa, Sætkartöflumús, Rótargrænmeti, Spergilkáls- og blómkálssúpa
OP	Kjúklingahálfmálar, Kantarellu sveppasósa, Kryddjurta kartöflur, Rauðkálssalat, Púff skyr með jarðarberja og límónu	Steiktur fiskibollur, Brún lauksósa, Kartöflur, Blómkál og spergilkál, Blómkálssúpa	Nauta hakkabuff, Brún rifsberjasósa, Steinselju kartöflur, Rauðbeður, Melónujógúrt	Kjúklingur í kínversku BBQ, Kartöfluskífur með timían, Gufusoðin spergilkálsblanda, Rjómalöguð sellerí og gulrótasúpa	Steiktur fiskur í raspi, Remúlaði, heimalagað, Kartöflur, Sítróna, Agúrkusalat, Tómatsúpa með basil	Fiskur í hvítlauk, Tartarsósa, Kartöflur, Gufusoðnar gulrófur, Kakósúpa, Tvíbökur	Kalkúnabringur, Villisveppa piparostasósa, Sætkartöflumús, Rótargrænmeti, Spergilkáls- og blómkálssúpa
A3 - grænmetisfæði	Tikka Masala blómkál með kjúklingabaunum, Hrísgjón, Naan brauð, Rauðkálssalat, Aspassúpa	Sætkartöflu tortilla, Sýrður rjómi með kryddmauki, Kúskús, Tómat og paprikusalsa, Blómkálssúpa	Hvítlauks- & hvítbaunabuff, Chilisósa, Hrísgjón, Hvítkál, agúrkur og gulrætur, Melónujógúrt	Risotto Italiano, Focaccia með tómat, Mangósalsa, Rjómalöguð sellerí og gulrótasúpa	Linsubauna ragú, Sýrður rjómi, Nachos, Hrísgjón, Agúrkusalat, Vínber	Gulrótabuff með rauðum linsum, Tartarsósa, Ofnbakaðar sætar kartöflur, Tómatar, agúrkur, Kakósúpa, Tvíbökur	Marokkósk grænmetisbaka, Sýrður rjómi, Hrísgjón, Mangó avókadosalsa, Spergilkáls- og blómkálssúpa

RDS kjöt/fiskur	Kjúklingahálmánar, Kantarellu sveppasósa, Kryddjurta kartöflur, Soðnar maísbaunir, Hunangsmelóna	Steiktur fiskibollur, Brún lauksósa, Kartöflur, Blómkál og spergilkál, Blómkálssúpa	Nauta hakkabuff, Brún rifsberjasósa, Steinselju kartöflur, Rauðbeður, Pera	Kjúklingur í kínversku BBQ, Hrísgjón, Mangósalsa, Appelsínubátar	Steiktur fiskur í raspi, Remúlaði, heimalagað, Kartöflur, Sítróna, Agúrkusalat, Vínber	Fiskur í hvítlauk, Tartarsósa, Kartöflur, Gufusoðnar gulrófur, Tómatar, agúrkur, Grænmetisúpa dagsins	Kalkúnabringur, Villisveppa piparostasósa, Sætkartöflumús, Rótargrænmeti, Mangó avókadósalsa, Hunangsmelóna
RDS grænmetisfæði	Tikka Masala blómkál með kjúklingabaunum, Hrísgjón, Naan brauð, Rauðkálssalat, Aspassúpa	Sætkartöflu tortilla, Sýrður rjómi með kryddmauki, Kúskús, Tómat og paprikusalsa, Blómkálssúpa	Hvítlauks- & hvítbaunabuff, Chilisósa, Hrísgjón, Hvítkál, agúrkur og gulrætur, Pera	Risotto Italiano, Focaccia með tómat, Mangósalsa, Rjómalöguð sellerí og gulrótasúpa	Linsubauna ragú, Sýrður rjómi, Nachos, Hrísgjón, Agúrkusalat, Vínber	Gulrótabuff með rauðum linsum, Tartarsósa, Ofnbakaðar sætar kartöflur, Tómatar, agúrkur, Pera	Marokkósk grænmetisbaka, Sýrður rjómi, Hrísgjón, Mangó avókadósalsa, Spergilkáls- og blómkálssúpa