

## 2 Hádegisverður

Week 15

07.04.2025 - 13.04.2025

### Lunch

	Mon 7/4	Tue 8/4	Wed 9/4	Thu 10/4	Fri 11/4	Sat 12/4	Sun 13/4
<b>A1</b>	Kjúklingabollur, Tzatziki sósa, Miðjarðarhafshrísgjón , Grískt salat, Jarðarberja jógúrt	Porskur í Tempura, Tartarsósa, Sætkartöflu franskar, Sítrónubátur, Gufusoðið blómkál og gulrætur, Blaðlaukssúpa	Steiktar fiskibollur, Karrysósa, 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, Saltkaramellubúðingur	Fyllt grísa síða, Steikarsósa, Kartöflugratín, Rauðkál, Gulrætur, grænar baunir, Ísblóm með karamellukurli
<b>A2 - hentar eldri kynslóðinni</b>	Kjúklingabollur, Tzatziki sósa, Kartöflumús, Grískt salat, Jarðarberja jógúrt	Porskur í Tempura, Tartarsósa, Sætkartöflu franskar, Sítrónubátur, Gufusoðið blómkál og gulrætur, Blaðlaukssúpa	Steiktar fiskibollur, Karrysósa, 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, Saltkaramellubúðingur	Fyllt grísa síða, Steikarsósa, Kartöflugratín, Rauðkál, Gulrætur, grænar baunir, Ísblóm með karamellukurli
<b>OP</b>	Kjúklingabollur, Tzatziki sósa, Kartöflumús, Grískt salat, Jarðarberja jógúrt	Porskur í Tempura, Tartarsósa, Sætkartöflu franskar, Sítrónubátur, Gufusoðið blómkál og gulrætur, Blaðlaukssúpa	Steiktar fiskibollur, Karrysósa, 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, Saltkaramellubúðingur	Fyllt grísa síða, Steikarsósa, Kartöflugratín, Rauðkál, Gulrætur, grænar baunir, Ísblóm með karamellukurli
<b>A3 - grænmetisfæði</b>	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 karry, Kartöflubátar, Agúrkusalat, Naan brauð, Vanilluís, Vínber, 75 g	Svartbaunabuff, Köld karrysósa, Sólar bulgur með bökuðu grænmeti, Tómatar, agúrkur, Saltkaramellubúðingur	Austurlenskur graskersréttur með trönuberjum, Bankabygg með sólpurrkuðum tómötum, Ristaðar kjúklingabaunir, Rauðkál oriental, Ísblóm með karamellukurli

<b>RDS kjöt/fiskur</b>	Kjúklingabollur, Tzatziki sósa, Miðjarðarhafshrísgjón , Grískt salat, Vínber, 75 g	Porskur 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, Vínber, 75 g	Porskur í rjómaostasósu, Ofnbakaðar kartöfluskífur, Tómatar, agúrkur, Linsubaunasúpa	Fyllt grísa síða, Steikarsósa, Kartöflugratín, Rauðkál, Gulrætur, grænar baunir, Epli
<b>RDS grænmetisfæði</b>	Spínatbollur, Tzatziki sósa, Miðjarðarhafshrísgjón , Grískt salat, Vínber, 75 g	Sólarbuff með maís og baunum, Tartarsósa, Sætkartöflu franskar, Gulrótasalat með rúsínum og safa, Blaðlaukssúpa	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	Svartbaunabuff, Köld karrysósa, Sólar bulgur með bökuðu grænmeti, Tómatar, agúrkur, Linsubaunasúpa	Austurlenskur graskersréttur með trönuberjum, Bankabygg með sólþurrkuðum tómotum, Ristaðar kjúklingabaunir, Rauðkál oriental, Súkkulaði skyr, Nýmjólk