

## 2 Hádegisverður

Week 47

18.11.2024 - 24.11.2024

### Lunch

	Mon 18/11	Tue 19/11	Wed 20/11	Thu 21/11	Fri 22/11	Sat 23/11	Sun 24/11
<b>A1</b>	Oriental lambapottréttur, Hrísgjrón, Soðnar gulrætur, Óska jógúrt með blönduðum ávöxtum	Gufusoðinn þorskur, Hollandaisesósa, Kartöflur, Blómkál og spergilkál, Vorlauks og kartöflusúpa	Sænskar kjötbollur, Brún sósa með timían, Kartöflumús, Julienne grænmetisblanda, Frönsk lauksúpa, Rifinn ostur og brauðteningar	Vínarsnitset (svína), Skógarsveppasósa, Ofnbakaðar sætar kartöflur, Steikt rósakál, Vanilluís	Kjúklingur á kóreska vísu, Köld sinneps- og hunangssósa, Hrísgjrón, Hrásalat, Möndlubúðingur, Karamellu rjómi	Kryddjurta-marineruð langa, Sítrónupiparostasósa, Sólar bulgur með jurtum og tómát, Grískt salat, Grænmetissúpa dagsins	Kryddaður grísahnakki, Piparostasósa, Kartöflugratín, Rauðkál, Súkkulaðiís
<b>A2 - hentar eldri kynslóðinni</b>	Oriental lambapottréttur, Kartöflumús, Soðnar gulrætur, Óska jógúrt með blönduðum ávöxtum	Gufusoðinn þorskur, Hollandaisesósa, Kartöflur, Blómkál og spergilkál, Vorlauks og kartöflusúpa	Sænskar kjötbollur, Brún sósa með timían, Kartöflumús, Julienne grænmetisblanda, Frönsk lauksúpa, Rifinn ostur og brauðteningar	Vínarsnitset (svína), Skógarsveppasósa, Ofnbakaðar sætar kartöflur, Steikt rósakál, Vanilluís	Kjúklingur á kóreska vísu, Brún rifsberjasósa, Kartöflur, Gufusoðið Blómkál, Möndlubúðingur, Karamellu rjómi	Kryddjurta-marineruð langa, Sítrónupiparostasósa, Kartöflumús með hvítlauk og steinselju, Grískt salat, Grænmetissúpa dagsins	Kryddaður grísahnakki, Piparostasósa, Kartöflugratín, Rauðkál, Súkkulaðiís
<b>OP</b>	Oriental lambapottréttur, Kartöflumús, Soðnar gulrætur, Óska jógúrt með blönduðum ávöxtum	Gufusoðinn þorskur, Hollandaisesósa, Kartöflur, Blómkál og spergilkál, Vorlauks og kartöflusúpa	Sænskar kjötbollur, Brún sósa með timían, Kartöflumús, Julienne grænmetisblanda, Frönsk lauksúpa, Rifinn ostur og brauðteningar	Vínarsnitset (svína), Skógarsveppasósa, Ofnbakaðar sætar kartöflur, Steikt rósakál, Vanilluís	Kjúklingur á kóreska vísu, Brún rifsberjasósa, Kartöflur, Gufusoðið Blómkál, Möndlubúðingur, Karamellu rjómi	Kryddjurta-marineruð langa, Sítrónupiparostasósa, Kartöflumús með hvítlauk og steinselju, Grískt salat, Grænmetissúpa dagsins	Kryddaður grísahnakki, Piparostasósa, Orku og próteinbæting, Kartöflugratín, Rauðkál, Súkkulaðiís

<b>A3 - grænmetisfæði</b>	Edamame buff, Basil Aioli, Hrísgjón, Hvítkáls og gulrótarsalat, Óska jógúrt með blönduðum ávöxtum	Tortillabátar, Sætkartöflu baunatangó, Fetaostur, kóríander, Sýrður rjómi, Salsasósa, Rifinn ostur, Ferskt salat, Vorlauks og kartöflusúpa	Hirðingjabaka, Julienne grænmetisblanda, Hrásalat miðjarðarhafs, Frönsk lauksúpa, Rifinn ostur og brauðteningar	Sælkeragrænmetisbollur, Skógarsveppasósa, Ofnbakaðar sætar kartöflur, Mangósalsa, Vanilluís	Kínverskur baunaréttur, Smá rúnnstykki, Hrásalat, Indversk karrýsúpa	Grænmetis og baunapotrétur, Sólar bulgur með jurtum og tómát, Grískt salat, Vanillu skyr, Rjómi	Baunabuff, Piparostasósa, Kartöflubátar, Hrásalat í sósu, Súkkulaðiís
<b>RDS kjöt/fiskur</b>	Oriental lambapotrétur, Hrísgjón, Soðnar gulrætur, Hvítkáls og gulrótarsalat, Hunangsmelóna	Gufusoðinn þorskur, Hollandaisesósa, Kartöflur, Blómkál og spergilkál, Vorlauks og kartöflusúpa	Sænskar kjötbollur, Brún sósa með timían, Kartöflumús, Julienne grænmetisblanda, Vínber	Vínarsnitsel (svína), Skógarsveppasósa, Ofnbakaðar sætar kartöflur, Steikt rósakál, Mangósalsa, Appelsínubátar	Kjúklingur á kóreska vísu, Köld sinneps- og hunangssósa, Hrísgjón, Hrásalat, Pera	Kryddjurta-marineruð langa, Sítrónupiparostasósa, Sólar bulgur með jurtum og tómát, Grískt salat, Grænmetissúpa dagsins	Kryddaður grísahnakki, Piparostasósa, Kartöflugratín, Rauðkál, Hrásalat í sósu, Vatnsmelóna
<b>RDS grænmetisfæði</b>	Edamame buff, Basil Aioli, Hrísgjón, Hvítkáls og gulrótarsalat, Hunangsmelóna	Tortillabátar, Sætkartöflu baunatangó, Fetaostur, kóríander, Sýrður rjómi, Salsasósa, Rifinn ostur, Ferskt salat, Vorlauks og kartöflusúpa	Hirðingjabaka, Julienne grænmetisblanda, Hrásalat miðjarðarhafs, Frönsk lauksúpa, Rifinn ostur og brauðteningar	Sælkeragrænmetisbollur, Skógarsveppasósa, Ofnbakaðar sætar kartöflur, Mangósalsa, Appelsínubátar	Kínverskur baunaréttur, Smá rúnnstykki, Hrásalat, Indversk karrýsúpa	Grænmetis og baunapotrétur, Sólar bulgur með jurtum og tómát, Grískt salat, Grænmetissúpa dagsins	Baunabuff, Piparostasósa, Kartöflubátar, Hrásalat í sósu, Vatnsmelóna