

2 Hádegisverður

Week 34

18.08.2025 - 24.08.2025

Lunch

	Mon 18/8	Tue 19/8	Wed 20/8	Thu 21/8	Fri 22/8	Sat 23/8	Sun 24/8
A1	Steinbítur í suðrænni kryddjurta marineringu, Graslaukssósa, Kartöflur, Ratatouille grænmeti, Óska jógúrt með blönduðum ávöxtum	Chili Con Carne, Créma, Hrisgrjón, Nachos, Hrásalat miðjarðarhafs, Vorlauks- og kartöflusúpa	Teriyaki lax með sesamfræjum, Mangósósa, Parísar kartöflur, Ferskt salat, Gulróta- og engifersúpa	Toscana Hakkbollur (innih. svínaafurð), Brún sósa (innih. svínaafurð), Rabarbarasulta, Kartöflumús, Grænar baunir, Karamellu ísblóm	Kjúklingur í kókoskarrýsösu, Sætkartöflumús, Snittubaunir, Möndlusúpa, Kanilsykur	Gratíneraður þorskur með grænum aspas, Sítrónusósa, Steinselju kartöflur, Blómkál og spergilkál, Grænmetissúpa dagsins	Steikt lambalæri, Béarnaisesósa, Krókettur, Soðnar maisbaunir, Hrásalat í safe, Súkkulaðiís
A2 - hentar eldri kynslóðinni	Steinbítur í suðrænni kryddjurta marineringu, Graslaukssósa, Kartöflur, Ratatouille grænmeti, Óska jógúrt með blönduðum ávöxtum	Chili Con Carne, Créma, Kartöflumús, Blómkál og spergilkál, Vorlauks- og kartöflusúpa	Teriyaki lax með sesamfræjum, Mangósósa, Parísar kartöflur, Ferskt salat, Gulróta- og engifersúpa	Toscana Hakkbollur (innih. svínaafurð), Brún sósa (innih. svínaafurð), Rabarbarasulta, Kartöflumús, Grænar baunir, Karamellu ísblóm	Kjúklingur í kókoskarrýsösu, Sætkartöflumús, Snittubaunir, Möndlusúpa, Kanilsykur	Gratíneraður þorskur með grænum aspas, Sítrónusósa, Steinselju kartöflur, Blómkál og spergilkál, Grænmetissúpa dagsins	Steikt lambalæri, Béarnaisesósa, Krókettur, Rauðkál, Hrásalat í safe, Súkkulaðiís
OP	Steinbítur í suðrænni kryddjurta marineringu, Graslaukssósa, Kartöflur, Ratatouille grænmeti, Óska jógúrt með blönduðum ávöxtum	Chili Con Carne, Créma, Kartöflumús, Blómkál og spergilkál, Vorlauks- og kartöflusúpa	Teriyaki lax með sesamfræjum, Mangósósa, Parísar kartöflur, Ferskt salat, Gulróta- og engifersúpa	Toscana Hakkbollur (innih. svínaafurð), Brún sósa (innih. svínaafurð), Rabarbarasulta, Kartöflumús, Grænar baunir, Karamellu ísblóm	Kjúklingur í kókoskarrýsösu, Sætkartöflumús, Snittubaunir, Möndlusúpa, Kanilsykur	Gratíneraður þorskur með grænum aspas, Sítrónusósa, Steinselju kartöflur, Blómkál og spergilkál, Grænmetissúpa dagsins	Steikt lambalæri, Béarnaisesósa, Krókettur, Rauðkál, Hrásalat í safe, Súkkulaðiís

A3 - grænmetisfæði	Indverskar pönnukökur, Graslaukssósa, Tandoori kúskús með grænmeti, Hvítkáls og gulrótarsalat, Óska jógúrt með blönduðum ávöxtum	Piri piri sætar kartöflur, Indverskt Dahl, Créma, Focaccia með tómát, Vorlauks- og kartöflusúpa	Grísk ostabaka, Mangósósa, Ferskt salat, Ferskjur, niðursoðnar, Peyttur rjómi	Chili baunapotrétur, Sýrður rjómi, Nachos, Rifinn ostur, Pico de gallo, Karamellu ísblóm	Chili buff, Agúrku og sinnepssósa, Sætkartöflumús, Snittubaunir, Mönklusúpa, Kanilsykur	Hægelduð blómkálssteik, Graslaukssósa, Sólar bulgur með bökuðu grænmeti, Korn salsa, Grænmetissúpa dagsins, Vínber	Maís- og paprikubuff, Piparrótarsósa, Krókettur, Hrásalat í safa, Súkkulaðiís
RDS kjöt/fiskur	Steinbítur í suðrænni kryddjurta marineringu, Graslaukssósa, Kartöflur, Ratatouille grænmeti, Hvítkáls og gulrótarsalat, Hunangsmelóna	Chili Con Carne, Créma, Hrísgjón, Nachos, Hrásalat miðjarðarhafs, Vínber	Teriyaki lax með sesamfræjum, Mangósósa, Parísar kartöflur, Ferskt salat, Pera	Toscana Hakkbollur (innih. svínaafurð), Brún sósa (innih. svínaafurð), Kartöflumús, Grænar baunir, Epli	Kjúklingur í kókoskarrýsösu, Sætkartöflumús, Snittubaunir, Ferskt salat, Vatnsmelóna	Gratíneraður þorskur með grænum aspas, Sítrónusósa, Steinselju kartöflur, Korn salsa, Grænmetissúpa dagsins	Steikt lambalæri, Béarnaisesósa, Krókettur, Soðnar maísbaunir, Hrásalat í safa, Appelsínubátar
RDS grænmetisfæði	Indverskar pönnukökur, Graslaukssósa, Tandoori kúskús með grænmeti, Hvítkáls og gulrótarsalat, Hunangsmelóna	Piri piri sætar kartöflur, Indverskt Dahl, Créma, Focaccia með tómát, Vínber	Grísk ostabaka, Mangósósa, Ferskt salat, Pera	Chili baunapotrétur, Sýrður rjómi, Nachos, Rifinn ostur, Pico de gallo, Epli	Chili buff, Agúrku og sinnepssósa, Sætkartöflumús, Snittubaunir, Ferskt salat, Vatnsmelóna	Hægelduð blómkálssteik, Graslaukssósa, Sólar bulgur með bökuðu grænmeti, Korn salsa, Grænmetissúpa dagsins, Vínber	Maís- og paprikubuff, Piparrótarsósa, Krókettur, Hrásalat í safa, Appelsínubátar