

## 2 Hádegisverður

Week 33

12.08.2024 - 18.08.2024

### Lunch

	Mon 12/8	Tue 13/8	Wed 14/8	Thu 15/8	Fri 16/8	Sat 17/8	Sun 18/8
<b>A1</b>	Kjúklingahálfmáanar (innih. svínaafurð), Kantarellu sveppasósa, Kryddjurta kartöflur, Soðnar maísbaunir, Púff skyr með jarðarberja og límónu	Steiktar 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, Tómatasúpa með basil	Fiskur í hvítlauk, Tartarsósa, Kartöflur, Gufusoðnar gulrófur, Kakósúpa, Tvíbökur	Kalkúnabringur, Villisveppa piparostasósa, Sætkartöflumús, Rótargrænmeti, Spergilkáls- og blómkálssúpa
<b>A2 - hentar eldri kynslóðinni</b>	Kjúklingahálfmáanar (innih. svínaafurð), Kantarellu sveppasósa, Kryddjurta kartöflur, Rauðkálssalat, Púff skyr með jarðarberja og límónu	Steiktar 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, Tómatasúpa með basil	Fiskur í hvítlauk, Tartarsósa, Kartöflur, Gufusoðnar gulrófur, Kakósúpa, Tvíbökur	Kalkúnabringur, Villisveppa piparostasósa, Sætkartöflumús, Rótargrænmeti, Spergilkáls- og blómkálssúpa
<b>OP</b>	Kjúklingahálfmáanar (innih. svínaafurð), Kantarellu sveppasósa, Kryddjurta kartöflur, Rauðkálssalat, Púff skyr með jarðarberja og límónu	Steiktar 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, Tómatasúpa með basil	Fiskur í hvítlauk, Tartarsósa, Kartöflur, Gufusoðnar gulrófur, Kakósúpa, Tvíbökur	Kalkúnabringur, Villisveppa piparostasósa, Sætkartöflumús, Rótargrænmeti, Spergilkáls- og blómkálssúpa
<b>A3 - grænmetisfæði</b>	Tikka Masala blómkál með kjúklingabaunum, Hrísgjón, Naan brauð, Rauðkálssalat, Aspássúpa	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	Brokkolígratín, Rósenbergsósa, Hrísgjón, Mangó avókadósalsa, Hunangsmelóna

<b>RDS kjöt/fiskur</b>	Kjúklingahálfmálar (innih. svínaafurð), Kantarellu sveppasósa, Kryddjurta kartöflur, Soðnar maisbaunir, 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, Grænmetissúpa dagsins	Kalkúnabringur, Villisveppa piparostasósa, Sætkartöflumús, Rótargrænmeti, Mangó avókadósalsa, Hunangsmelóna
<b>RDS grænmetisfæði</b>	Tikka Masala blómkál með kjúklingabaunum, Hrísgjón, Naan brauð, Rauðkálssalat, Aspássúpa	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	Brokkolígratín, Rósenbergsósa, Hrísgjón, Mangó avókadósalsa, Hunangsmelóna