

## 2 Hádegisverður

Week 32

05.08.2024 - 11.08.2024

### Lunch

	Mon 5/8	Tue 6/8	Wed 7/8	Thu 8/8	Fri 9/8	Sat 10/8	Sun 11/8
<b>A1</b>	Steinbítur í suðrænni kryddjurta marineringu, Graslaukssósa, Kartöflur, Ratatouille, 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, Frönsk lauksúpa, Rifinn ostur og brauðteningar	Toscana Hakkbollur (innih. svínaafurð), Brún sósa (innih. svínaafurð), Rabarbarasulta, Kartöflumús, Grænar baunir, Daim ísblóm	Kjúklingur í kókoskarrýsósu, Sætkartöflumús, Snittubaunir, Möndlubúðingur, Karamellu rjómi	Gratíneraður þorskur með grænum aspás, Sítrónusósa, Þýskt kartöflusalat, Blómkál og spergilkál, Grænmetissúpa dagsins	Steikt lambalæri, Béarnaisesósa, Krókettur, Soðnar maisbaunir, Hrásalat í safe, Súkkulaðiís
<b>A2 - hentar eldri kynslóðinni</b>	Steinbítur í suðrænni kryddjurta marineringu, Graslaukssósa, Kartöflur, Ratatouille, 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, Frönsk lauksúpa, Rifinn ostur og brauðteningar	Toscana Hakkbollur (innih. svínaafurð), Brún sósa (innih. svínaafurð), Rabarbarasulta, Kartöflumús, Grænar baunir, Daim ísblóm	Kjúklingur í kókoskarrýsósu, Sætkartöflumús, Snittubaunir, Möndlubúðingur, Karamellu rjómi	Gratíneraður þorskur með grænum aspás, Sítrónusósa, Þýskt kartöflusalat, Blómkál og spergilkál, Grænmetissúpa dagsins	Steikt lambalæri, Béarnaisesósa, Krókettur, Rauðkál, Hrásalat í safe, Súkkulaðiís
<b>OP</b>	Steinbítur í suðrænni kryddjurta marineringu, Graslaukssósa, Kartöflur, Ratatouille, 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, Frönsk lauksúpa, Rifinn ostur og brauðteningar	Toscana Hakkbollur (innih. svínaafurð), Brún sósa (innih. svínaafurð), Rabarbarasulta, Kartöflumús, Grænar baunir, Daim ísblóm	Kjúklingur í kókoskarrýsósu, Sætkartöflumús, Snittubaunir, Möndlubúðingur, Karamellu rjómi	Gratíneraður þorskur með grænum aspás, Sítrónusósa, Þýskt kartöflusalat, Blómkál og spergilkál, Grænmetissúpa dagsins	Steikt lambalæri, Béarnaisesósa, Krókettur, Rauðkál, Hrásalat í safe, Súkkulaðiís

<b>A3 - grænmetisfæði</b>	Indverskar pönnukökur, Graslaukssósa, Tandoori grjón 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, Grísk jógúrt með súkkulaðiþögum	Sælkerá grænmetisbollur, Köld hvítlaukssósa, Hrísgrjón, Mangósalsa, Daim ísblóm	Chili buff, Agúrku og sinnepssósa, Sætkartöflumús, Ferskt salat, Möndlubúðingur, Karamellu rjómi	Hægelduð blómkálssteik, Graslaukssósa, Sólar bulgur með bökuðu grænmeti, Korn salsa, Grænmetissúpa dagsins, Vínber	Máis- og paprikubuff, Piparrótarsósa, Krókettur, Hrásalat í safu, Súkkulaðiís
<b>RDS kjöt/fiskur</b>	Steinbítur í suðrænni kryddjurta marineringu, Graslaukssósa, Kartöflur, Ratatouille, Hvítkáls og gulrótarsalat, Hunangsmelóna	Chili Con Carne, Créma, Hrísgrjón, 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 kókoskarrýsósu, Sætkartöflumús, Snittubaunir, Ferskt salat, Vatnsmelóna	Gratíneraður þorskur með grænum aspás, Sítrónusósa, Þýskt kartöflusalat, Korn salsa, Grænmetissúpa dagsins	Steikt lambalæri, Béarnaisesósa, Krókettur, Soðnar máisbaunir, Hrásalat í safu, Appelsínubátar
<b>RDS grænmetisfæði</b>	Indverskar pönnukökur, Graslaukssósa, Tandoori grjón með grænmeti, Hvítkáls og gulrótarsalat, Hunangsmelóna	Piri piri sætar kartöflur, Indverskt Dahl, Créma, Focaccia með tómát, Vínber	Grísk ostabaka, Mangósósa, Ferskt salat, Pera	Sælkerá grænmetisbollur, Köld hvítlaukssósa, Hrísgrjón, Mangósalsa, Epli	Chili buff, Agúrku og sinnepssósa, Sætkartöflumús, Snittubaunir, Ferskt salat, Vatnsmelóna	Hægelduð blómkálssteik, Graslaukssósa, Sólar bulgur með bökuðu grænmeti, Korn salsa, Grænmetissúpa dagsins, Vínber	Máis- og paprikubuff, Piparrótarsósa, Krókettur, Hrásalat í safu, Appelsínubátar