

2 Hádegisverður

Week 45

04.11.2024 - 10.11.2024

Lunch

	Mon 4/11	Tue 5/11	Wed 6/11	Thu 7/11	Fri 8/11	Sat 9/11	Sun 10/11
A1	Plokkfiskur, Kartöflur, Gulrætur, Rúgbrauð, Smjör, Blómkálssúpa	Indverskur korma kjúklingur, Hrísgjón, Naan brauð, Tómatásúpa með basil	Þorskur provencal, Spínatsósa, Parmesan kartöflur, Spergilkál með chili og lime, Villisveppasúpa	Kjúklingalæri, Skógarsveppasósa, Kartöflubátar, Hrásalat í sósu, Jarðarberjasúrmjólk	Lasagne, Baunapestó, Hvítlauksbrauð, Ferskt salat, Hrísgjónagrautur, Kanilsykur	Léttsaltaður fiskur, Kartöflur, Soðnar gulrætur og rófur, Rúgbrauð, Smjör, Kakósúpa, Tvíbökur	Kalkúnabringur, hunangs, Estragon sinnepssósa, Sætkartöflumús, Rótargrænmeti, Spergilkáls- og blómkálssúpa
A2 - hentar eldri kynslóðinni	Plokkfiskur, Kartöflur, Gulrætur, Rúgbrauð, Smjör, Blómkálssúpa	Indverskur korma kjúklingur, Sætkartöflumús, Naan brauð, Tómatásúpa með basil	Þorskur provencal, Spínatsósa, Parmesan kartöflur, Spergilkál með chili og lime, Villisveppasúpa	Kjúklingalæri, Skógarsveppasósa, Kartöflubátar, Hrásalat í sósu, Jarðarberjasúrmjólk	Soðinn blóðmör, Soðin lifrarpýlsa, Jafningur, Kartöflumús, Gufusoðnar gulrófur, Hrísgjónagrautur, Kanilsykur	Léttsaltaður fiskur, Kartöflur, Soðnar gulrætur og rófur, Rúgbrauð, Smjör, Kakósúpa, Tvíbökur	Kalkúnabringur, hunangs, Estragon sinnepssósa, Sætkartöflumús, Rótargrænmeti, Spergilkáls- og blómkálssúpa
OP	Plokkfiskur, Kartöflur, Gulrætur, Rúgbrauð, Smjör, Blómkálssúpa	Indverskur korma kjúklingur, Sætkartöflumús, Naan brauð, Tómatásúpa með basil	Þorskur provencal, Spínatsósa, Parmesan kartöflur, Spergilkál með chili og lime, Villisveppasúpa	Kjúklingalæri, Skógarsveppasósa, Kartöflubátar, Hrásalat í sósu, Jarðarberjasúrmjólk	Soðinn blóðmör, Soðin lifrarpýlsa, Jafningur, Kartöflumús, Gufusoðnar gulrófur, Hrísgjónagrautur, Kanilsykur	Léttsaltaður fiskur, Kartöflur, Soðnar gulrætur og rófur, Rúgbrauð, Smjör, Kakósúpa, Tvíbökur	Kalkúnabringur, hunangs, Estragon sinnepssósa, Sætkartöflumús, Rótargrænmeti, Spergilkáls- og blómkálssúpa
A3 - grænmetisfæði	Blómkáls falafel bollur, Mangósósa, Hrísgjón, Tómat og paprikusalsa, Blómkálssúpa	Spergilkálsbuff með osti, Tzatziki sósa, Hrísgjón, Baunasalat, Hunangsmelóna	Svartbauna ragú, Spínatsósa, Hrísgjón, Nachos, Rifinn ostur, Villisveppasúpa	Svepparisotto, Focaccia með tómatar, Kirsuberjatómatar, Jarðarberjasúrmjólk	Spínatlasagne, Baunapestó, Hvítlauksbrauð, Ferskt salat, Hrísgjónagrautur, Kanilsykur	Rótargrænmetis buff, Hunangssósa, Ofnbakaðar sætar kartöflur, Tómatar, agúrkur, Kakósúpa, Tvíbökur	Falafel með rauðrófum, Köld hvítlaukssósa, Sætkartöflumús, Rótargrænmeti, Spergilkáls- og blómkálssúpa

RDS kjöt/fiskur	Plokkfiskur, Kartöflur, Gulrætur, Rúgbrauð, Smjör, Hunangsmelóna	Indverskur korma kjúklingur, Hrísgjón, Naan brauð, Hunangsmelóna	Þorskur provencal, Spínatsósa, Parmesan kartöflur, Spergilkál með chili og lime, Vínber	Kjúklingalæri, Skógarsveppasósa, Kartöflubátar, Hrásalat í sósu, Vatnsmelóna	Lasagne, Baunapestó, Hvítlauksbrauð, Ferskt salat, Appelsínubátar	Léttsaltaður fiskur, Kartöflur, Soðnar gulrætur og rófur, Tómatar, agúrkur, Rúgbrauð, Smjör, Grænmetissúpa dagsins	Kalkúnabringur, hunangs, Estragon sinnepssósa, Sætkartöflumús, Rótargrænmeti, Hrásalat í sósu, Hunangsmelóna
RDS grænmetisfæði	Blómkáls falafel bollur, Mangósósa, Hrísgjón, Tómat og paprikusalsa, Blómkálssúpa	Spergilkálsbuff með osti, Tzatziki sósa, Sætkartöflumús, Baunasalat, Hunangsmelóna	Svartbauna ragú, Spínatsósa, Hrísgjón, Nachos, Rifinn ostur, Vínber	Svepparisotto, Focaccia með tómat, Kirsuberjatómatar, Vatnsmelóna	Spínatlasagne, Baunapestó, Hvítlauksbrauð, Ferskt salat, Appelsínubátar	Rótargrænmetis buff , Hunangssósa, Ófnbakaðar sætar kartöflur, Tómatar, agúrkur, Grænmetissúpa dagsins	Falafel með rauðrófum, Köld hvítlaukssósa, Sætkartöflumús, Rótargrænmeti, Hunangsmelóna