

2 Hádegisverður

Week 43
20.10.2025 - 26.10.2025

Hádegisverður

	Mon 20/10	Tue 21/10	Wed 22/10	Thu 23/10	Fri 24/10	Sat 25/10	Sun 26/10
A1	Steinbítur í suðrænni kryddjurta marineringu, Graslaukssósa, Kartöflur, Ratatouille grænmeti, Óska jógúrt með blönduðum ávöxtum	Chili Con Carne, Créma, Hrísgjón, 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 kókoskarrýsósu, Sætkartöflumús, Snittubaunir, Möndlusúpa, Kanilsykur	Gratíneraður þorskur með grænum aspas, Hollandaisesósa, Steinselju kartöflur, Blómkál og spergilkál, Grænmetissúpa dagsins	Steiktur fylltur lambaframpartur, Béarnaisesósa, Krókettur, Soðnar maísbaunir, Hrásalat í safi, 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 kókoskarrýsósu, Sætkartöflumús, Snittubaunir, Möndlusúpa, Kanilsykur	Gratíneraður þorskur með grænum aspas, Hollandaisesósa, Steinselju kartöflur, Blómkál og spergilkál, Grænmetissúpa dagsins	Steiktur fylltur lambaframpartur, Béarnaisesósa, Krókettur, Rauðkál, Hrásalat í safi, 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 kókoskarrýsósu, Sætkartöflumús, Snittubaunir, Möndlusúpa, Kanilsykur	Gratíneraður þorskur með grænum aspas, Hollandaisesósa, Steinselju kartöflur, Blómkál og spergilkál, Grænmetissúpa dagsins	Steiktur fylltur lambaframpartur, Béarnaisesósa, Krókettur, Rauðkál, Hrásalat í safi, Súkkulaðiís

A3 - grænmetisfæði	Indverskar pönnukökur, Graslaukssósa, Tandoori kúskús með grænmeti, Hvítkáls og gulrótarsalat, Óska jógúrt með blönduðum ávöxtum	Sætkartöflur með ristudum kókos, Indverskt Dahl, Créma, Focaccia með tómát, Vorlauks- og kartöflusúpa	Grísk ostabaka, Mangósósa, Ferskt salat, Ferskjur, niðursoðnar, Peyttur rjómi	Chili baunapottréttur, Sýrður rjómi, Nachos, Rifinn ostur, Pico de gallo, Karamellu ísblóm	Chili buff, Agúrku og sinnepssósa, Sætkartöflumús, Snittubaunir, Möndlusúpa, 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 kókoskarrýsósu, Sætkartöflumús, Snittubaunir, Ferskt salat, Vatnsmelóna	Gratíneraður þorskur með grænum aspas, Hollandaisesósa, Steinselju kartöflur, Korn salsa, Grænmetissúpa dagsins	Steiktur fylltur lambaframpartur, Béarnaisesósa, Krókettur, Soðnar maísbaunir, Hrásalat í safa, Appelsínubátar
RDS grænmetisfæði	Indverskar pönnukökur, Graslaukssósa, Tandoori kúskús með grænmeti, Hvítkáls og gulrótarsalat, Hunangsmelóna	Sætkartöflur með ristudum kókos, Indverskt Dahl, Créma, Focaccia með tómát, Vínber	Grísk ostabaka, Mangósósa, Ferskt salat, Pera	Chili baunapottréttur, 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