

2 Hádegisverður

Week 42
13.10.2025 - 19.10.2025

Hádegisverður

	Mon 13/10	Tue 14/10	Wed 15/10	Thu 16/10	Fri 17/10	Sat 18/10	Sun 19/10
A1	Marokkóskar hakkbollur, Grænpiparsósa, Kartöflumús, Soðnar gulrætur, Jarðarberja jógúrt	Þorskur í Tempura, Súrsæt sósa, Hrísgjón, Gufusoðið blómkál og gulrætur, Tómatsúpa með basil	Léttsaltaður fiskur, Puttanesca sósa, Kartöflur, Ferskt salat, Möndlubúðingur, Karamellu rjómi	Kjúklingasnitsel, Brún kjúklingasósa, Kartöflur, Julienne grænmetisblanda, Grænmetissúpa dagsins	Lambagúllas, Hrísgjón, Grænar baunir, Spergilkáls- og blómkálssúpa	Kentuckyhjúpaður þorskur, Kokteilsósa, Kryddjurta kartöflur, Hrásalat í sósu, Hrísgjónagraftur, Kanilsykur	Ofnsteiktur grísahnakki, Villisveppasósa, Kartöflugratín, Grænmetis- og graskersblanda, Aspassúpa
A2 - hentar eldri kynslóðinni	Marokkóskar hakkbollur, Grænpiparsósa, Kartöflumús, Soðnar gulrætur, Jarðarberja jógúrt	Þorskur í Tempura, Sítrónusósa, Kartöflubátar, Gufusoðið blómkál og gulrætur, Tómatsúpa með basil	Léttsaltaður fiskur, Puttanesca sósa, Kartöflur, Tómatar, agúrkur, Möndlubúðingur, Karamellu rjómi	Kjúklingasnitsel, Brún kjúklingasósa, Kartöflur, Julienne grænmetisblanda, Grænmetissúpa dagsins	Lambagúllas, Kartöflumús, Grænar baunir, Rabarbarasulta, Spergilkáls- og blómkálssúpa	Kentuckyhjúpaður þorskur, Kokteilsósa, Kryddjurta kartöflur, Hrásalat í sósu, Hrísgjónagraftur, Kanilsykur	Ofnsteiktur grísahnakki, Villisveppasósa, Kartöflugratín, Grænmetis- og graskersblanda, Aspassúpa
OP	Marokkóskar hakkbollur, Grænpiparsósa, Kartöflumús, Soðnar gulrætur, Jarðarberja jógúrt	Þorskur í Tempura, Sítrónusósa, Kartöflubátar, Gufusoðið blómkál og gulrætur, Tómatsúpa með basil	Léttsaltaður fiskur, Puttanesca sósa, Kartöflur, Tómatar, agúrkur, Möndlubúðingur, Karamellu rjómi	Kjúklingasnitsel, Brún kjúklingasósa, Kartöflur, Julienne grænmetisblanda, Grænmetissúpa dagsins	Lambagúllas, Kartöflumús, Grænar baunir, Rabarbarasulta, Spergilkáls- og blómkálssúpa	Kentuckyhjúpaður þorskur, Kokteilsósa, Kryddjurta kartöflur, Hrásalat í sósu, Hrísgjónagraftur, Kanilsykur	Ofnsteiktur grísahnakki, Villisveppasósa, Kartöflugratín, Grænmetis- og graskersblanda, Aspassúpa
A3 - grænmetisfæði	Grænmetis bolognese, Penne pasta, Rauðrófu julienne salat, Soðnar gulrætur, Jarðarberja jógúrt	Dödlubuff, Hunangssósa, Hrísgjón, Gulrótasalat með rúsínum og safa, Jarðarberja- og bananaskyr, Nýmjólk	Mexíkó nýrnabaunaréttur, Salsa með vorlauk, Rifinn ostur, Hrísgjón með ferskum jurtum, Ferskt salat, Möndlubúðingur, Karamellu rjómi	Byggbollur, Basil Aioli, Hrísgjón, Julienne grænmetisblanda, Grænmetissúpa dagsins	Grænmetislasagne, Sýrður rjómi með basil, Hvítlauchsbrauð, Ferskt salat, Spergilkáls- og blómkálssúpa	Byggotto með sveppum, Smjör, Gróft smábrauð, Hrásalat í sósu, Hrísgjónagraftur, Kanilsykur	Grasker með trönuberjum og sólpuurkuðum tómötum, Sólar bulgur með jurtum og tomat, Focaccia með tomat, Rauðkál oriental, Súkkulaði skyr, Rjómi

RDS kjöt/fiskur	Marokkóskar hakkbollur, Grænpiparsósa, Kartöflumús, Soðnar gulrætur, Rauðrófu julienne salat, Vatnsmelóna	Þorskur í Tempura, Súrsæt sósa, Hrísgjón, Papriku strimlar, Gulrótasalat með rúsínum og safa, Tómat súpa með basil	Léttsaltaður fiskur, Puttanesca sósa, Kartöflur, Ferskt salat, Sellerí- og gulrótasúpa	Kjúklingasnitset, Brún kjúklingasósa, Kartöflur, Julienne grænmetisblanda, Pera	Lambagúllas, Hrísgjón, Grænar baunir, Spergilkáls- og blómkálssúpa	Kentuckyhjúpapur þorskur, Kokteilsósa, Kryddjurta kartöflur, Hrásalat í sósu, Ísey Vanillu skyr, Nýmjólk	Ofnsteiktur grísahnakki, Villisveppasósa, Kartöflugratín, Grænmetis- og graskersblanda, Melónublanda
RDS grænmetisfæði	Grænmetis bolognese, Penne pasta, Rauðrófu julienne salat, Soðnar gulrætur, Vatnsmelóna	Döðlubuff, Hunangssósa, Hrísgjón, Papriku strimlar, Gulrótasalat með rúsínum og safa, Tómat súpa með basil	Mexíkó nýrnabaunaréttur, Salsa með vorlauk, Rifinn ostur, Hrísgjón með ferskum jurtum, Ferskt salat, Sellerí- og gulrótasúpa	Byggbollur, Basil Aioli, Hrísgjón, Julienne grænmetisblanda, Grænmetissúpa dagsins	Grænmetislasagne, Sýrður rjómi með basil, Hvítlauksbrauð, Ferskt salat, Vatnsmelóna	Byggotto með sveppum, Smjör, Gróft smábrauð, Hrásalat í sósu, Pera	Grasker með trönuberjum og sólþurrkuðum tómötum, Sólar bulgur með jurtum og tómát, Focaccia með tómát, Rauðkál oriental, Súkkulaði skyr, Nýmjólk