

2 Hádegisverður

Week 39
22.09.2025 - 28.09.2025

Hádegisverður

	Mon 22/9	Tue 23/9	Wed 24/9	Thu 25/9	Fri 26/9	Sat 27/9	Sun 28/9
A1	Lambabollur, Grænpiparsósa, Kartöflumús, Soðnar gulrætur, Jarðarberja jógúrt	Þorskur í Tempura, Súrsæt sósa, Hrísgjón, Gufusoðið blómkál og gulrætur, Tómarksúpa með basil	Léttsaltaður fiskur, Puttanesca sósa, Kartöflur, Ferskt salat, Möndlubúðingur, Karamellu rjómi	Kjúklingasnítsel, Brún kjúklingasósa, Kartöflur, Julienne grænmetisblanda, Grænmetissúpa dagsins	Lambagúllas, Hrísgjón, Grænar baunir, Spergilkáls- og blómkálssúpa	Kentuckyhjúpauður þorskur, Kokteilsósa, Kryddjurta kartöflur, Hrásalat í sósu, Hrísgjónagrat, Kanilsykur	Ofnsteiktur grísahnakki, Villisveppasósa, Kartöflugratín, Grænmetis- og graskersblanda, Aspassúpa
A2 - hentar eldri kynslóðinni	Lambabollur, Grænpiparsósa, Kartöflumús, Soðnar gulrætur, Jarðarberja jógúrt	Þorskur í Tempura, Sítrónusósa, Kartöflubátar, Gufusoðið blómkál og gulrætur, Tómarksúpa með basil	Léttsaltaður fiskur, Puttanesca sósa, Kartöflur, Tómatar, agúrkur, Möndlubúðingur, Karamellu rjómi	Kjúklingasnítsel, Brún kjúklingasósa, Kartöflur, Julienne grænmetisblanda, Grænmetissúpa dagsins	Lambagúllas, Kartöflumús, Grænar baunir, Rabarbarasulta, Spergilkáls- og blómkálssúpa	Kentuckyhjúpauður þorskur, Kokteilsósa, Kryddjurta kartöflur, Hrásalat í sósu, Hrísgjónagrat, Kanilsykur	Ofnsteiktur grísahnakki, Villisveppasósa, Kartöflugratín, Grænmetis- og graskersblanda, Aspassúpa
OP	Lambabollur, Grænpiparsósa, Kartöflumús, Soðnar gulrætur, Jarðarberja jógúrt	Þorskur í Tempura, Sítrónusósa, Kartöflubátar, Gufusoðið blómkál og gulrætur, Tómarksúpa með basil	Léttsaltaður fiskur, Puttanesca sósa, Kartöflur, Tómatar, agúrkur, Möndlubúðingur, Karamellu rjómi	Kjúklingasnítsel, Brún kjúklingasósa, Kartöflur, Julienne grænmetisblanda, Grænmetissúpa dagsins	Lambagúllas, Kartöflumús, Grænar baunir, Rabarbarasulta, Spergilkáls- og blómkálssúpa	Kentuckyhjúpauður þorskur, Kokteilsósa, Kryddjurta kartöflur, Hrásalat í sósu, Hrísgjónagrat, 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 rúsinum og safa, Jarðarberja- og bananaskyr, Nýmjólk	Mexíkó nýrnabaunaréttur, Salsa með vorlauk, Rifinn ostur, Hrísgjón með ferskum jurtum, Ferskt salat, Möndlubúðingur, Karamellu rjómi	Byggibollur, Basil Aioli, Hrísgjón, Julienne grænmetisblanda, Grænmetissúpa dagsins	Grænmetislasagne, Sýrður rjómi með basil, Hvítlauksbrauð, Ferskt salat, Spergilkáls- og blómkálssúpa	Byggotto með sveppum, Smjör, Gróft smábrauð, Hrásalat í sósu, Hrísgjónagrat, Kanilsykur	Grasker með trönuberjum og sólpuurkuðum tómötum, Sólar bulgur með jurtum og tóm, Focaccia með tóm, Rauðkál oriental, Súkkulaði skyr, Rjómi

RDS kjöt/fiskur	Lambabollur, Grænpiparsósa, Kartöflumús, Soðnar gulrætur, Rauðrófu julienne salat, Vatnsmelóna	Þorskur í Tempura, Súrsæt sósa, Hrísgjón, Papriku strimlar, Gulrótasalat með rúsínum og safa, Tómatasúpa með basil	Léttsaltaður fiskur, Puttanesca sósa, Kartöflur, Ferskt salat, Sellerí- og gulrótasúpa	Kjúklingasnitsel, Brún kjúklingasósa, Kartöflur, Julienne grænmetisblanda, Pera	Lambagúllas, Hrísgjón, Grænar baunir, Spergilkáls- og blómkálssúpa	Kentuckyhjúpaður þorskur, Kokteilsósa, Kryddjurta kartöflur, Hrásalat í sósu, Ísey Vanillu skyr, Nýmjólk	Ofnsteiktur grísahnakki, Villisveppasósa, Kartöflugratín, Grænmetis- og graskersblanda, Melónublanda
RDS grænmetisfæði	Grænmetis bolognaise, Penne pasta, Rauðrófu julienne salat, Soðnar gulrætur, Vatnsmelóna	Döðlubuff, Hunangssósa, Hrísgjón, Papriku strimlar, Gulrótasalat með rúsínum og safa, Tómatasúpa 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