

2 Hádegisverður

Week 20
12.05.2025 - 18.05.2025

Lunch

	Mon 12/5	Tue 13/5	Wed 14/5	Thu 15/5	Fri 16/5	Sat 17/5	Sun 18/5
A1	Kjúklingahálfmáanar (innih. svínaafurð), Skógarsveppasósa, Kryddjurta kartöflur, Soðnar maísbaunir, Púff skyr með jarðarberja og límónu	Steiktur fiskibollur, Brún lauksósa, Kartöflur, Blómkál og spergilkál, Blómkálssúpa	Nauta hakkabuff, Brún rifsberjasósa, Kartöflumús, Rauðbeður, Melónujógúrt	Kjúklingur í kínversku BBQ, Hrísgjón, Gufusoðin spergilkálsblanda, Rjómalöguð sellerí og gulrótasúpa	Steiktur fiskur í raspi, Remúlaði, heimalagað, Kartöflur, Sítróna, Agúrkusalat, Tómatasúpa með basil	Fiskur í hvítlauk, Tartarsósa, Kartöflur, Gufusoðið spergilkál, Kakósúpa, Tvíbökur	Kalkúnabringur, Villisveppa piparostasósa, Sætkartöflumús, Rótargrænmeti, Spergilkáls- og blómkálssúpa
A2 - hentar eldri kynslóðinni	Kjúklingahálfmáanar (innih. svínaafurð), Skógarsveppasósa, Kryddjurta kartöflur, Hrásalat í safu, Púff skyr með jarðarberja og límónu	Steiktur fiskibollur, Brún lauksósa, Kartöflur, Blómkál og spergilkál, Blómkálssúpa	Nauta hakkabuff, Brún rifsberjasósa, Kartöflumús, Rauðbeður, Melónujógúrt	Kjúklingur í kínversku BBQ, Kartöfluskífur með timían, Gufusoðin spergilkálsblanda, Rjómalöguð sellerí og gulrótasúpa	Steiktur fiskur í raspi, Remúlaði, heimalagað, Kartöflur, Sítróna, Agúrkusalat, Tómatasúpa með basil	Fiskur í hvítlauk, Tartarsósa, Kartöflur, Gufusoðið spergilkál, Kakósúpa, Tvíbökur	Kalkúnabringur, Villisveppa piparostasósa, Sætkartöflumús, Rótargrænmeti, Spergilkáls- og blómkálssúpa
OP	Kjúklingahálfmáanar (innih. svínaafurð), Skógarsveppasósa, Kryddjurta kartöflur, Hrásalat í safu, Púff skyr með jarðarberja og límónu	Steiktur fiskibollur, Brún lauksósa, Kartöflur, Blómkál og spergilkál, Blómkálssúpa	Nauta hakkabuff, Brún rifsberjasósa, Kartöflumús, Rauðbeður, Melónujógúrt	Kjúklingur í kínversku BBQ, Kartöfluskífur með timían, Gufusoðin spergilkálsblanda, Rjómalöguð sellerí og gulrótasúpa	Steiktur fiskur í raspi, Remúlaði, heimalagað, Kartöflur, Sítróna, Agúrkusalat, Tómatasúpa með basil	Fiskur í hvítlauk, Tartarsósa, Kartöflur, Gufusoðið spergilkál, Kakósúpa	Kalkúnabringur, Villisveppa piparostasósa, Sætkartöflumús, Rótargrænmeti, Spergilkáls- og blómkálssúpa
A3 - grænmetisfæði	Tikka Masala blómkál með kjúklingabaunum, Hrísgjón, Naan brauð, Hrásalat í safu, Aspásúpa	Sætkartöflu tortilla, Sýrður rjómi með kryddmauki, Kúskús, Tómat og paprikusalsa, Blómkálssúpa	Hvítlauks- & hvítbaunabuff, Chilisósa, Hrísgjón, Hvítkál, agúrkur og gulrætur, Melónujógúrt	Byggotto með sveppum, Focaccia með tómat, Ferskt salat, Rjómalöguð sellerí og gulrótasúpa	Linsubauna ragú, Sýrður rjómi, Nachos, Hrísgjón, Agúrkusalat, Vínber	Gulrótabuff með rauðum linsum, Tartarsósa, Ofnbakaðar sætar kartöflur, Tómatar, agúrkur, Kakósúpa, Tvíbökur	Brokkolígratín, Agúrkusósa, Hrísgjón, Mangó avókadósalsa, Hunangsmelóna

RDS kjöt/fiskur	Kjúklingahálfmánar (innih. svínaafurð), Skógarsveppasósa, Kryddjurta kartöflur, Soðnar maísbaunir, Hrásalat í safi, Hunangsmelóna	Steiktur fiskibollur, Brún lauksósa, Kartöflur, Blómkál og spergilkál, Blómkálssúpa	Nauta hakkabuff, Brún rifsberjasósa, Kartöflumús, Rauðbeður, Pera	Kjúklingur í kínversku BBQ, Hrísgjón, Ferskt salat, Appelsínubátar	Steiktur fiskur í raspi, Remúlaði, heimalagað, Kartöflur, Sítróna, Agúrkusalat, Vínber	Fiskur í hvítlauk, Tartarsósa, Kartöflur, Gufusoðið spergilkál, Tómatar, agúrkur, Grænmetisúpa dagsins	Kalkúnabringur, Villisveppa piparostasósa, Sætkartöflumús, Rótargrænmeti, Mangó avókadósalsa, Hunangsmelóna
RDS grænmetisfæði	Tikka Masala blómkál með kjúklingabaunum, Hrísgjón, Naan brauð, Hrásalat í safi, Aspassúpa	Sætkartöflu tortilla, Sýrður rjómi með kryddmauki, Kúskús, Tómat og paprikusalsa, Blómkálssúpa	Hvítlauks- & hvítbaunabuff, Chilisósa, Hrísgjón, Hvítkál, agúrkur og gulrætur, Pera	Byggotto með sveppum, Focaccia með tómat, Ferskt salat, Rjómalöguð sellerí og gulrótasúpa	Linsubauna ragú, Sýrður rjómi, Nachos, Hrísgjón, Agúrkusalat, Vínber	Gulrótabuff með rauðum linsum, Tartarsósa, Ofnbakaðar sætar kartöflur, Gufusoðið spergilkál, Tómatar, agúrkur, Pera	Brokkolígratín, Agúrkusósa, Hrísgjón, Mangó avókadósalsa, Hunangsmelóna