

2 Hádegisverður

Week 29
14.07.2025 - 20.07.2025

Lunch

	Mon 14/7	Tue 15/7	Wed 16/7	Thu 17/7	Fri 18/7	Sat 19/7	Sun 20/7
A1	Gordon bleu (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, Ávaxtasúrmjólk	Kjúklingur í kínversku BBQ, BBQ mayó, Hrísgrjón, Gufusoðin spergilkálsblanda, 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, Grænmetis- og graskersblanda, Spergilkáls- og blómkálssúpa
A2 - hentar eldri kynslóðinni	Gordon bleu (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, Ávaxtasúrmjólk	Kjúklingur í kínversku BBQ, BBQ mayó, Kartöfluskífur með timían, Gufusoðin spergilkálsblanda, 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, Grænmetis- og graskersblanda, Spergilkáls- og blómkálssúpa
OP	Gordon bleu (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, Ávaxtasúrmjólk	Kjúklingur í kínversku BBQ, BBQ mayó, Kartöfluskífur með timían, Gufusoðin spergilkálsblanda, 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, Grænmetis- og graskersblanda, Spergilkáls- og blómkálssúpa
A3 - grænmetisfæði	Tikka Masala blómkál með kjúklingabaunum, Hrísgrjón, Naan brauð, Hrásalat í safu, Aspásúpa	Sætkartöflu tortilla, Sýrður rjómi með kryddmauki, Kúskús, Tómat og paprikusalsa, Blómkálssúpa	Hvítlauks- & hvítbaunabuff, Chilisósa, Hrísgrjón, Hvítkál, agúrkur og gulrætur, Ávaxtasúrmjólk	Byggotto Italiano, Focaccia með tómát, Ferskt salat, Sellerí- og gulrótasúpa	Linsubauna ragú, Sýrður rjómi, Nachos, Hrísgrjón, Agúrkusalat, Vínber	Gulrótabuff með rauðum linsum, Tartarsósa, Ofnbakaðar sætar kartöflur, Tómatar, agúrkur, Kakósúpa, Tvíbökur	Grænmetisgratín, Sætkartöflumús, Mangó avókadósalsa, Hunangsmelóna

RDS kjöt/fiskur	Gordon bleu (innih. svínaafurð), Skógarsveppasósa, Kryddjurta kartöflur, Soðnar maísbaunir, Hrásalat í safa, Hunangsmelóna	Steiktur fiskibollur, Brún lauksósa, Kartöflur, Blómkál og spergilkál, Blómkálssúpa	Nauta hakkabuff, Brún rifsberjasósa, Kartöflumús, Rauðbeður, Pera	Kjúklingur í kínversku BBQ, BBQ mayó, 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, Grænmetis- og graskersblanda, Mangó avókadósalsa, Hunangsmelóna
RDS grænmetisfæði	Tikka Masala blómkál með kjúklingabaunum, Hrísgjón, Naan brauð, Hrásalat í safa, Aspassúpa	Sætkartöflu tortilla, Sýrður rjómi með kryddmauki, Kúskús, Tómat og paprikusalsa, Blómkálssúpa	Hvítlauks- & hvítbaunabuff, Chilisósa, Hrísgjón, Hvítkál, agúrkur og gulrætur, Pera	Byggotto Italiano, Focaccia með tómat, Ferskt salat, Sellerí- og gulrótasúpa	Linsubauna ragú, Sýrður rjómi, Nachos, Hrísgjón, Agúrkusalat, Vínber	Gulrótabuff með rauðum linsum, Tartarsósa, Ofnbakaðar sætar kartöflur, Gufusoðið spergilkál, Tómatar, agúrkur, Pera	Grænmetisgratín, Sætkartöflumús, Mangó avókadósalsa, Hunangsmelóna