

Heimsendingarmatseðill framleiðslueldhúss á Lindargötu

Vikan 21.–27. febrúar

Mánudagur

Fiskigratín með grjónum, brauði og salati
Rauðbeðusúpa

Þriðjudagur

Sviðakjammi með kartöflum, rófustöppu og jafningi
Brotinn maregns, þeyttur rjómi og ávextir

Miðvikudagur

Nætursöltuð ýsa með kartöflum, brokkólí, hömsum, rúgbrauði og smjöri
Skyr og bláberja „culis“

Fimmtudagur

Fiskur a la meuniere með sellerímús, salati og brúnni sósu
Mexíkósk kjúklingasúpa

Föstudagur

Hakkbollur með couscous, gúrkusósu og naan-brauði
Ávextir og rjómi

Laugardagur

Steiktur þorskur í raspi með kartöflum, fersku hrásalati og tartarsósu
Karrý-kókossúpa

Sunnudagur

Kjúklingur „Cordon Bleu“ með hrísgrjónum, brokkólí og sveppasósu
Volgur sveskjugrautur með rjómablandi

Heimsendingarmatseðill framleiðslueldhúss á Lindargötu

Vikan 21.–27. febrúar

Mánudagur

Fiskigratín með grjónum, brauði og salati

Innihald fiskréttar: Þorskur, **rjómi**, **ostur**, hveiti, canola-olía, laukur, grænmeti, krydd, kraftur

Rauðbeðusúpa

Innihald: Rauðrófur, ólífuolía, laukur, kraftur (Knorr), kókosmjólk, sítrónusafi, krydd

Þriðjudagur

Sviðakjammi með kartöflum, rófustöppu og jafningi

Innihald sósu: **Mjólk**, **hveiti**, canola-olía, sykur, salt

Innihald stöppu: Rófur, sykur, salt

Brotinn maregns, þeyttur rjómi og ávextir

Innihald: Ýmsir ávextir, sykur, **eggjahvíta**, **rjómi**

Miðvikudagur

Nætursöltuð ýsa með kartöflum, brokkólí, hömsum, rúgbrauði og smjöri

Innihald í rúgbrauði: **Hveiti**, **rúgur**, natrón, salt, sykur, **súrmjólk**

Skyr og bláberja „culis“

Innihald: **Skyr**, **rjómi**, **mjólk**, sykur

Innihald culis: Bláber, sykur

Fimmtudagur

Fiskur a la meuniere með sellerímús, salati og brúnni sósu

Innihald fiskréttar: Þorskur, hveiti, krydd, canola-olía / Innihald í mús: Sellerí, **smjör**, krydd

Innihald í sósu: Laukur, kraftur, hveiti, canola-olía, krydd, kraftur (Knorr)

Mexíkósk kjúklingasúpa

Innihald: Tómatar, kókosmjólk, kjúklingur, laukur, grænmeti, kraftur (Knorr), krydd

Föstudagur

Hakkbollur með couscous, gúrkusósu og naan-brauði

Innihald í bollum: Nauta- og svínahakk, laukur, **egg**, **hveiti**, ólífuolía, krydd / Innihald í brauði: **Hveiti**, sykur, vatn, **þurrger**, ólífuolía, krydd

Innihald í couscous: Hveiti, canola-olía / Innihald sósu: Grísk jógúrt, krydd, gúrka

Ávextir og rjómi

Innihald: **Hveiti**, repjuolía, brokkólí, kjötkraftur (Knorr), krydd

Laugardagur

Steiktur þorskur í raspi með kartöflum, fersku hrásalati og tartarsósu

Innihald í fiskrétti: Ýsa, brauðraspur (**hveiti**, **ger**, salt, E160b, E160c), repjuolía, vatn, maísmjöl, krydd

Innihald sósu: **Majónes**, **egg**, krydd

Innihald salats: Hvítkál, gúrka, gulrætur, edik, ávaxtasafi, krydd

Karrý-kókossúpa

Innihald: Kókosmjólk, grænmeti, laukur, krydd, kraftur

Sunnudagur

Kjúklingur „Cordon Bleu“ með hrísgrjónum, brokkólí oög sveppasósu

Innihald kjúklingis: **Sojaprótein**, kartöflumjöl, krydd, **sellerí**, **smjör**, þrúgusykur, gerextrakt, E450-452, E302, ananassafi, **parmesan-ostur**, **egg**, **hveiti**, **ger**, E160e, E100, repjuolía / Innihald sósu: Sveppir, **rjómi**, **hveiti**, canola-olía, laukur, krydd, matarvín

Volgur sveskjugrautur með rjómaþlandi

Innihald: Sveskjur, epli, sykur, kartöflumjöl, salt

Þekktir ofnæmisvaldar eru merktir með **rauðu lettri**
Matseðill getur breyst án fyrirvara!