

Heimsendingarmatseðill framleiðslueldhúss á Lindargötu

Vikan 14.–20. nóvember

Mánudagur

Steiktur fiskur í orlý með kartöflubátum, salati og kokkteilsósu
Kakósúpa og tvíbökur

Vorrúllur með grænmeti, hrísgrjónum, súrsætri sósu og kryddlegnum baunum

Þriðjudagur

Kjúklingalæri með steiktum kartöflum, majónessalati og sveppasósu
Bökuð epli með crumble, kanil og rjóma

Fyllt paprika með steiktum kartöflum, sveppasósu og salati

Miðvikudagur

Nætursaltaður fiskur með kartöflum, rófum, hömsum, rúgbrauði og smjöri
Grænmetismauksúpa

Pasta með tómötum og kúrbít með hvítlauksbrauði og salati

Fimmtudagur

Steiktur fiskur með kartöflumús, grænum ertum og sveppa-beikonsósu
Sveskjugrautur og þeyttur rjómi

Falafel með kartöflumús, grænum baunum og jógúrtsósu

Föstudagur

Kjúklingalæri með bökuðum kartöflum, salati og brúnni sósu
Tómatsúpa með eggj

Blómkálsgratín með bökuðum kartöflum, salati og brúnni sósu

Laugardagur

Ýsa í raspi með bökuðum kartöflum, rôtargrænmetissalati og capers-smjöri
Aspassúpa

Eggjabaka með bökuðum kartöflum, rôtargrænmetissalati og kaldri kryddjurtasósu

Sunnudagur

Lambagúllas með hrísgrjónum, gulrótum og karrýsósu
Sveppasúpa

Indverskur grænmetispottréttur með hrísgrjónum og naan-brauði

Heimsendingarmatseðill framleiðslueldhúss á Lindargötu

Vikan 14.–20. nóvember

Mánudagur

Steiktur fiskur í orlý með kartöflubátum, salati og kokkteilsósu

Innihald fiskréttar: Ýsa, raspur (hveiti, salt, ger), bindiefni (E450, E500), **sinnepsduft**, **undanrennuft**, sítrus, repjuolía, dextrósi, krydd, **egg**

Innihald sósu: **Majónes**, tómatsósa / Innihald salats: Hvítkál, gulrætur, gúrka, rófur, sykur, edik, appelsínusafi, krydd

Kakósúpa og tvíbökur

Innihald: **Mjólk**, kakó, maísmjöl, sykur, vanilla / Tvíbökur: **Hveiti**, ger, olía

Vorrúllur með grænmeti, hrísgrjónum, súrsætri sósu og kryddlegnum baunum

Þriðjudagur

Kjúklingalæri með steiktum kartöflum, majónessalati og sveppasósu

Innihald kjúlla: Ólífuolía, krydd / Innihald salats: Hvítkál, **majónes**, grænmeti, appelsínubykkni, krydd

Innihald sósu: Sveppir, **rjómi**, **hveiti**, canola-olía, laukur, krydd, matarvín

Bökuð epli með crumble, kanil og rjóma

Innihald: Epli, **hveiti**, canola-olía, sykur, **rjómi**, kanill

Fyllt paprika með steiktum kartöflum, sveppasósu og salati

Miðvikudagur

Nætursaltaður fiskur með kartöflum, rófum, hömsum, rúgbrauði og smjöri

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

Grænmetismauksúpa

Innihald súpu: Linsubaunir, grænmeti, krydd og kraftur (Knorr)

Pasta með tómötum og kúrbít með hvítlauksbrauði og salati

Fimmtudagur

Steiktur fiskur með kartöflumús, grænum ertum og sveppa-beikonsósu

Innihald sósu: **Rjómi**, **hveiti**, olía, sveppir, beikon, krydd, kraftur

Innihald í mús: Kartöflur, **mjólk**, **smjör**, krydd

Sveskjugrautur og þeyttur rjómi

Innihald: Sveskjur, sykur, epli, kartöflumjöl

Falafel með kartöflumús, grænum baunum og jógurtsósu

Föstudagur

Kjúklingalæri með bökuðum kartöflum, salati og brúnni sósu

Innihald í kartöflum: Ólífuolía, salt, pipar og paprika

Innihald sósu: Kjúklingasoð, rauðvín, matarlitur, laukur, tómatur, krydd

Grjónagrautur með kanil

Innihald: **Mjólk**, hrísgrjón, salt

Blómkálsgratín með bökuðum kartöflum, salati og brúnni sósu

Laugardagur

Ýsa í raspi með bökuðum kartöflum, rôtargrænmetissalati og capers-smjöri

Innihald í fiski: Hveiti, ger, salt, E160b, E160c, repjuolía, maísmjöl, krydd

Aspassúpa

Innihald: Aspas, **hveiti**, canola-olía, **rjómi**, krydd og kraftur (Knorr)

Eggjabaka með bökuðum kartöflum, rôtargrænmetissalati og kaldri kryddjurtasósu

Sunnudagur

Lambagúllas með hrísgrjónum, gulrótum og karrýsósu

Innihald sósu: Lambasoð, laukur, grænmeti, krydd, rjómi, hveiti, canola-olía, kraftur (Knorr)

Sveppasúpa

Innihald: Sveppir, rjómi, hveiti, canola-olía, matarvín, krydd, kraftur (Knorr)

Indverskur grænmetispottréttur með hrísgrjónum og naan-brauði

Þekktir ofnæmisvaldar eru merktir með **rauðu letri**

Matseðill getur breyst án fyrirvara!