

Heimsendingarmatseðill framleiðslueldhúss á Lindargötu

Vikan 21.–27. nóvember 2022

Mánudagur

Soðinn fiskur með kartöflum, rófum og smjöri
Lauk- og smjörbaunasúpa með steinselju
Grænmetisbollur með gúrkusósu, kartöflum og gulrótum

Priðjudagur

Lambaframpartur með kartöflumús, rósakáli og soðsósu
Frönsk súkkulaðikaka með rjóma og berjum
Sveppaflan með rjómaostsósu, kartöflum og rósakáli

Miðvikudagur

Soðinn fiskur með kartöflum, gulrótarsneiðum, smjöri og rúgbrauði
Brauðsúpa og léttþeyttur rjómi
Núðlur með grænmeti, sætri piparsósu, salat og hnetublanda

Fimmtudagur

Kjúklingasalat með hvítlauksbrauði og hunangs-sinnepssósu
Skyr
Rifið oumph í BBQ með hvítlauksbrauði og salati

Föstudagur

Lasanja með grænmeti, hvítlauksbrauði og parmesan
Ávextir
Grænmetislasanja með salati, hvítlauksbrauði og parmesan

Laugardagur

Pönnusteiktur fiskur í eggi með hrísgrjónum, kartöflum og karrýsósu
Blómkálssúpa
Djúpsteikt blómkál með hrísgrjónum, kartöflum og hnetusósu

Sunnudagur

Kjúklingalæri með frönskum kartöflum, brokkólíblöndu og sveppasósu
Sjávarréttasúpa / Graskerssúpa
Hnetusteik með frönskum kartöflum brokkólíblöndu og sveppasósu

Heimsendingarmatseðill framleiðslueldhúss á Lindargötu

Vikan 21.–27. nóvember 2022

Mánudagur

Soðinn fiskur með kartöflum, rófum og smjöri

Lauk- og smjörbaunasúpa með steinselju

Innihald: Laukur, smjörbaunir, kjúklingasoð, krydd, **rjómi**

Grænmetisbollur með gúrkusósu, kartöflum og gulrótum

Þriðjudagur

Lambaframpartur með kartöflumús, rósakáli og soðsósu

Innihald kartöflumúsar: Kartöflur, mjólk, smjör, krydd

Innihald sósu: Lambasoð, laukur, rauðvín, maísmjöl, krydd

Frönsk súkkulaðikaka með rjóma og berjum

Innihald köku: Súkkulaði, sykur, **smjör**, **egg**, **hveiti**

Sveppaflan með rjómaostasósu, kartöflum og rósakáli

Miðvikudagur

Soðinn fiskur með kartöflum, gulrótarsneiðum, smjöri og rúgbrauði

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

Brauðsúpa og léttþeyttur rjómi

Innihald: **Hveiti**, **rúgur**, natrón, salt, sykur, **súrmjólk**, púðursykur, malt, rúsínur, appelsína

Núðlur með grænmeti, sætri piparsósu, salati og hnetublöndu

Fimmtudagur

Kjúklingasalat með hvítlauksbrauði og hunangs-sinnepssósu (kaldur réttur)

Innihald: Kjúklingur, **hnetur**, baunir, salat, grænmeti, **egg**, pasta (**hveiti**, olía)

Innihald sósu: Hunang, **sinnep**, **egg**, olía, krydd

Skyr

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

Rifið oumph í BBQ með hvítlauksbrauði og salat

Föstudagur

Lasanja með grænmeti, hvítlauksbrauði og parmesan

Innihald hakkréttar: Nautahakk, tómatar, laukur, pastablöð (**hveiti**, **egg**, olía), hvítlaukur, sveppir, grænmeti, krydd, kraftar

Innihald í brauði: **Hveiti**, ger, krydd, **smjör**, hvítlaukur

Ávextir

Grænmetislasanja með salati, hvítlauksbrauði og parmesan

Laugardagur

Pönnusteiktur fiskur í eggi með hrísgrjónum, kartöflum og karrýsósu

Innihald í fiskrétti: **Hveiti**, **egg**, canola-olía, krydd

Innihald sósu: **Rjómi**, **hveiti**, canola-olía, laukur, krydd, kraftur

Innihald salats: Tómatar, laukur, paprika, gúrka, krydd

Blómkálssúpa

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

Djúpsteikt blómkál með hrísgrjónum, kartöflum og hnetusósu

Sunnudagur

Kjúklingalæri með frönskum kartöflum, brokkólíblöndu og sveppasósu

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

Innihald í kartöflum: Sólblómaolía, **dextrose**, E450i

Sjávarréttasúpa / Graskerssúpa

Innihald: **Soð af skelfiski**, **rjómi**, **hveiti**, canola-olía, matarvín, tómatakraftur, laukur, krydd, kraftur (Knorr)

Hnetusteik með frönskum kartöflum brokkólíblöndu og sveppasósu

Pekktir ofnæmisvaldar eru merktir með **rauðu lettri**.

Matseðill getur breyst án fyrirvara!