

# Heimsendingarmatseðill framleiðslueldhúss á Lindargötu

Vikan 26. september–2. október 2022

## Mánudagur

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

## Priðjudagur

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

## Miðvikudagur

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

## Fimmtudagur

Steiktur fiskur með kartöflumús, grænum ertum og sveppa-beikonsósu  
Sveskjugrautur með þeyttum rjóma

## Föstudagur

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

## Laugardagur

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

## Sunnudagur

Lambagúllas með hrísgrjónum, gulrótum og karrýsósu  
Sveppasúpa

# Heimsendingarmatseðill framleiðslueldhúss á Lindargötu

## Vikan 26. september–2. október 2022

### 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

### Þriðjudagur

#### Kjúklingalæri með steiktum kartöflum, majónessalati og sveppasósu

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

### 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)

### 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 með þeyttum rjóma

Innihald: Sveskjur, sykur, epli, kartöflumjöl

### 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

### 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)

### 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)

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