

Heimsendingarmatseðill framleiðslueldhúss á Lindargötu

Vikan 20.–26. mars 2023

Mánudagur

Fiskibollur með kartöflum, blönduðum gulrótum og lauksósu
Jarðarberjasúrmjólk

Byggbuff með kartöflum, blönduðum gulrótum og lauksósu

Þriðjudagur

Danskt buff með steiktum kartöflum, grænmeti og soðsósu
Rósakálssúpa

Rauðrófubuff með steiktum kartöflum, rôtargrænmeti og béarnaise-sósu

Miðvikudagur

Soðin ýsa með kartöflum, brokkólí, smjöri og rúgbrauði
Grjónagrautur

Gulrótarflan með kartöflum, brokkólí og sósu

Fimmtudagur

Kjötbollur, steiktar kartöflur, lauksósa og bakaðar sætar kartöflur
Tær lauksúpa

Grænmetisbuff með steiktum kartöflum, lauksósu og sætum kartöflum

Föstudagur

Hakk og spagettí með fersku salati og parmesanosti
Melóna og mynta

Oumph-hakk með spagettí, fersku salati og parmesanosti

Laugardagur

Fiskibollur með soðnum kartöflum, blönduðu grænmeti og smjöri
Mauksúpa

Delhi koftas með steinseljukartöflum, karrýsósu og naan-brauði

Sunnudagur

Ofnbakaður kjúklingur með kartöflubátum, maísbaunum og soðsósu
Bökuð ostakaka með hindberjasósu

Oumph kebab með kartöflubátum, maísbaunum og sósu

Heimsendingarmatseðill framleiðslueldhúss á Lindargötu

Vikan 20.–26. mars 2023

Mánudagur

Fiskibollur með kartöflum, blönduðum gulrótum og lauksósu

Innihald: Ýsuhakk, mjólk, hveiti, egg, laukur, hvítlaukur, krydd

Innihald sósu: Rjómi, smjör, hveiti, canola-olía, laukur, krydd

Jarðarberjasúrmjólk

Innihald: Súrmjólk, jarðarber, sykur

Byggbuff með kartöflum, blönduðum gulrótum og lauksósu

Innihald: Bygg, laukur, hvítlaukur, spínat, rôtargrænmeti, smjörbaunir, blaðlaukur, grænmetiskraftur, krydd, hveiti, svartrót, hafrar

Þriðjudagur

Danskt buff með steiktum kartöflum, grænmeti og soðsósu

Innihald í kartöflum: Ólífuolía, krydd

Innihald sósu: Smjör, eggjarauður, edik, krydd, kraftur (Knorr)

Rósakálssúpa

Innihald súpu: Rósakál, rjómi, hveiti, canola-olía, krydd, kraftur

Rauðrófubuff með steiktum kartöflum, rôtargrænmeti og béarnaise-sósu

Innihald: Rauðrófur, svartar baunir, grasker, balasmik, púðursykur, paprika, tómatur, laukur, gulrætur, hafrar, gr.kraftur, krydd, púrtvín

Miðvikudagur

Soðin ýsa með kartöflum, brokkólí, smjöri og rúgbrauði

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

Grjónagrautur

Innihald í grjónagraut: Grjón, vatn, mjólk, salt

Gulrótarflan með kartöflum, brokkólí og sósu

Innihald: Gulrætur, laukur, hvítlaukur, egg, mjólk, grænmetiskraftur, hveiti

Fimmtudagur

Kjötbollur, steiktar kartöflur, lauksósa og bakaðar sætar kartöflur

Innihald í bollum: Naut, laukur, olía, hveiti, egg, krydd

Tær lauksúpa

Innihald súpu: Grænmeti, niðursoðnir tómatar, krydd, maísmjöl, grænmetiskraftur

Grænmetisbuff með steiktum kartöflum, lauksósu og sætum kartöflum

Innihald: Smjörbaunir, pekanhnetur, rôtargrænmeti, grænmetiskraftur, kókosmjólk, tómatar, hafrar, krydd

Föstudagur

Hakk og spagettí með fersku salati og parmesanosti

Innihald: Hveiti, olía, egg, nautakjöt, sojahakk, niðursoðnir tómatar, grænmeti, kjötkraftur, krydd

Innihald salats: Ýmist kál, paprika, sólþurrkaðir tómatar, ólífur

Melóna og mynta

Innihald: Vatnsmelóna, hunangsmelóna, kantaloða, mynta, sítróna

Oumph hakk með spagettí, fersku salati og parmesanosti

Innihald: Soja, hveiti, olía, tómatar, laukur, hvítlaukur, grænmeti, hvítvín, grænmetiskraftur, krydd

Laugardagur

Fiskibollur með soðnum kartöflum, blönduðu grænmeti og smjöri

Innihald: Ýsuhakk, mjólk, hveiti, egg, laukur, hvítlaukur, krydd

Mauksúpa

Innihald: Ýmist grænmeti, kartöflur, baunir, krydd og kraftur

Delhi koftas með steinseljukartöflum, karrýsósu og naan-brauði

Innihald: Bygg, kartöflur, kjúklingabaunir, tómatar, kartöflumjöl, hvítlaukur, krydd

Sunnudagur

Ofnbakaður kjúklingur með kartöflubátum, maísbauunum og soðsósu

Innihald: Ólífuoolía, krydd, kjúklingasoð, niðursoðnir tómatar, rauðvín, laukur, krydd, maísmjöl, hvítlaukur, salt

Bökuð ostakaka með hindberjasósu

Innihald: Rjómaostur, rjómi, egg, sykur, sítróna, hafrar, smjör

Oumph kebab með kartöflubátum, maísbauunum og sósu

Innihald: Soja, olía, dekstrose, hvítlaukur, ýmis krydd

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

Matseðill getur breyst án fyrirvara!