

Heimsendingarmatseðill framleiðslueldhúss á Lindargötu

Vikan 19.–25. febrúar 2024

Mánudagur

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

Byggbuff með kartöflum, blönduðum gulrótum og lauksósu

Priðjudagur

Hakkað buff með brúnuðum lauk, kartöflum og sýrðum gúrkum
Sérrýfrómas

Rauðrófubuff með steiktum kartöflum, rótargrænmeti og béarnaise-sósu

Miðvikudagur

Soðin ýsa með kartöflum, brokkólí og smjöri
Grjónagrautur

Gulrótarflan með kartöflum, brokkólí og sósu

Fimmtudagur

Kjötbollur, steiktar kartöflur, lauksósa og bakaðar sætar kartöflur
Blómkálssúpa

Grænmetisbuff með steiktum kartöflum, lauksósu og sætum kartöflum

Föstudagur

Hakk og spaghetti með fersku salati og parmesanosti
Lauksúpa

Oumph-hakk með spaghetti, fersku salati og parmesanosti

Laugardagur

Fiskibollur með soðnum kartöflum, blönduðu grænmeti og smjöri
Sellerírótarsúpa

Delhi koftas með steinseljukartöflum, karrýsósu og naan-brauði

Sunnudagur

Ofnbakaður kjúklingur með kartöflubátum, maísbaunum og soðsósu
Osta-kaffikaka (tiramisu)

Oumph kebab með kartöflubátum, maísbaunum og sósu

Heimsendingarmatseðill framleiðslueldhúss á Lindargötu

Vikan 19.–25. febrúar 2024

Mánudagur

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

Innihald fisks: **Hveiti**, ger, salt, E160b, E160c, repjuolía, maísmjöl, krydd

Sjávarréttasúpa

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

Byggbuff með kartöflum, blönduðum gulrótum og lauksósu

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

Þriðjudagur

Hakkað buff með brúnuðum lauk, kartöflum og sýrðum gúrkum

Innihald í lauk: Laukur, olía, krydd

Innihald í buffi: Nautakjöt, linsur, **egg, hveiti**, krydd, olía

Sérrýfrómas

Innihald: **Rjómi, egg**, sykur, matarlím, sérrý, makkaronur, sulta

Rauðrófubuff með steiktum kartöflum, rótargrænmeti og béarnaise-sósu

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

Miðvikudagur

Soðin ýsa með kartöflum, brokkólí og smjöri

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

Bómkálssúpa

Innihald: Vatn, blómkál, laukur, **mjólk, rjómi**, kraftur, pipar, **hveiti**, repjuolía, kraftur

Grænmetisbuff með steiktum kartöflum, lauksósu og sætum kartöflum

Innihald: Smjörbaunir, **pekanhnetur**, rótargrænmeti, grænmetiskraftur, kókosmjólk, tómatar, hafrar, krydd

Föstudagur

Hakk og spaghetti með fersku salati og parmesanosti

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

Innihald salats: Ýmist kál, paprika, sólþurrukaðir tómatar, ólfur

Lauksúpa

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

Oumph hakk með spaghetti, 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: Ýuhakk, **mjólk, hveiti, egg**, laukur, hvítlaukur, krydd

Sellerírotarsúpa

Innihald: Vatn, **sellerírot**, **hveiti**, repjuolía, pipar, **rjómi**, kraftur

Delhi koftas með steinseljukartöflum, karrysósu og naan-brauði

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

Sunnudagur

Ofnbakaður kjúklingur með kartöflubátum, maísbaunum og soðsósu

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

Osta-kaffikaka (tiramisu)

Innihald: **Rjómaostur, rjómi**, sykur, hveiti, repjuolía, kaffi, kakó, sérrý, vanilla

Oumph kebab með kartöflubátum, maísbaunum og sósu

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