

# Heimsendingarmatseðill framleiðslueldhúss á Lindargötu

Vikan 15.–21. apríl 2024

## Mánudagur

Fiskibollur með kartöflum, blönduðum gulrótum og lauksósu  
Sjávarréttasúpa

Byggbuff með kartöflum, blönduðum gulrótum og lauksósu

## Þriðjudagur

Hakkað buff með brúnuðum lauk, kartöflum og sýrðum gúrkum  
Sérrýfrómas

Rauðrófubuff með steiktum kartöflum, rôtargrænmeti 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  
Apríkósugrautur

Grænmetisbuff með steiktum kartöflum, lauksósu og sætum kartöflum

## Föstudagur

Hakk og spagettí með fersku salati og parmesanosti  
Lauksúpa

Oumph-hakk með spagettí, fersku salati og parmesanosti

## Laugardagur

Fiskibollur með soðnum kartöflum, blönduðu grænmeti og smjöri  
Skyr með púðursykri

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 15.–21. apríl 2024

## 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

## Sjávarréttasúpa

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

Byggbuff með kartöflum, blönduðum gulrótum og lauksósu

Innihald: Bygg, laukur, hvítlaukur, spínat, rötargrænmeti, 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, makkarónur, sulta

Rauðrófubuff með steiktum kartöflum, rötargrænmeti og béarnaise-sósu

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

## 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, steiktur kartöflur, lauksósa og bakaðar sætar kartöflur

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

Apríkósugrautur með rjóma blandi

Innihald: Vatn, apríkós, epli, sykur, kartöflumjöl, salt

Grænmetisbuff með steiktum kartöflum, lauksósu og sætum kartöflum

Innihald: Smjörbaunir, pekanhnetur, rötargrænmeti, grænmetiskraftur, kókosmjólk, tómat, hafrar, krydd

## Föstudagur

Hakk og spagettí með fersku salati og parmesanosti

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

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

## Lauksúpa

Innihald súpu: Grænmeti, niðursoðnir tómat, krydd, maismjöl, grænmetiskraftur

Oumph hakk með spagettí, fersku salati og parmesanosti

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

## Laugardagur

Fiskibollur með soðnum kartöflum, blönduðu grænmeti og smjöri

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

Skyr með púðursykri og rjóma (laktósafrítt)

Innihald: Skyr, rjómi, mjólk, púðursykur

Delhi koftas með steinseljukartöflum, karrýsósu og naan-brauði

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

## Sunnudagur

Ofnbakaður kjúklingur með kartöflubátum, maísbaunum og soðsósu

Innihald: Ólífúolía, krydd, kjúklingasoð, niðursoðnir tómat, rauðvín, laukur, krydd, maismjöl, 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

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

Matseðill getur breyst án fyrirvara!