

Heimsendingarmatseðill framleiðslueldhúss á Lindargötu

Vikan 19.–25. ágúst 2024

Mánudagur

Plokkfiskur með kartöflum, rúgbrauði og smjöri

Tær grænmetisúpa

Vorrúllur með grænmeti, hrísgrjón, súrsæt sósa og kryddlegnar baunir

Priðjudagur

Grísahnakki með sykurbínuðum kartöflum, belgbaunum og rauðvínssósu

Sætkartöflusúpa

Fyllt paprika með steiktum kartöflum, sveppasósu og salati

Miðvikudagur

Soðinn þorskur með kartöflum, gulrótum og smjöri

Kókos-fiskisúpa

Fylltar kartöflur, salat og grænmetisblanda

Fimmtudagur

Slátur (lifrapylsa og blóðmör), rófustappa, flatbrauð og smjör

Skyr

Chili sin carne með grjónum og maís

Föstudagur

Hakkbollur með kartöflum, sveppasósu og rauðkáli

Blómkálssúpa

Hnetusteik með kartöflubátum, sveppasósu og blómkáli

Laugardagur

Steiktur fiskur með kartöflum, bökuðum fennel og kaldri kryddjurtasósu

Sveppasúpa

Graskersbaka með kartöflum, hrásalati og kaldri kryddjurtasósu

Sunnudagur

Kjúklingalæri með steiktum kartöflum, rôtargrænmeti og soðsósu

Rabarbaragrautur og rjómaþand

Grænmetispottréttur með sætkartöflumús og hvítlauksbrauði

Heimsendingarmatseðill framleiðslueldhúss á Lindargötu

Vikan 19.–25. ágúst 2024

Mánudagur

Plokkfiskur með kartöflum, rúgbrauði og smjöri

Innihald fiskréttar: Ýsa, þorskur, laukur, hveiti, mjólk, ostur, canola-olía, krydd

Innihald brauðs: Hveiti, rúgur, natrón, salt, sykur, súrmjólk

Tær grænmetissúpa

Innihald: Ýmist grænmeti, laukur, krydd, kraftur, baunir

Vorrúllur með grænmeti, hrísgrjón, súrsæt sósa og kryddlegnar baunir

Innihald: Hvítkál, hveiti, baunaspirur, olía, gulrætur, blaðlaukur, dextrín, salt, maísterkja, grænmetiskraftur, krydd, sykur, egg, sitróna, hvítlaukur, soja, lyftiduft

Innihald sósu: Ananas, sykur, kartöflumjöl, tómatur, edik, laukur, hvítlaukur, gulrætur, krydd

Þriðjudagur

Grísahnakki með sykurbrúnuðum kartöflum, belgbaunum og rauðvínssósu

Innihald sósu: Kjötsoð, laukur, matarvín, maísmjöl, krydd, kraftur (Knorr)

Sætkartöflusúpa

Fyllt paprika með steiktum kartöflum, sveppasósu og salati

Innihald: Paprika, hrísgrjón, tómatar, nýrnabaunir, hvítlaukur, hvítvín, rjómaostur, grænmetiskraftur, krydd

Miðvikudagur

Soðinn þorskur með kartöflum, gulrótum og smjöri

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

Kókos-fiskisúpa

Innihald: Kókosmjólk, rækjur, bolffiskur, laukur, vatn, grænmeti, tómatur, krydd og kraftur

Fylltar kartöflur, salat og grænmetisblanda

Innihald: Kartöflur, rjómaostur, black garlic, spínat, fetaostur, paprika, blaðlaukur, krydd

Fimmtudagur

Slátur (lifrapylsa, blóðmör), rófustappa, flatbrauð og smjör

Skyr

Innihald: Skyr, mjólk, sykur

Chili sin carne með grjónum og maís

Innihald: Tómatar, paprika, nýrnabaunir, laukur, hvítlaukur, hvítvín, krydd

Föstudagur

Hakkbollur með kartöflum, sveppasósu og rauðkáli

Innihald í rauðkáli: Rauðkál, sykur, edik, salt, pipar

Innihald sósu: Sveppir, laukur, rauðvín, hvítlaukur, tómatur, rjómi, olía, hveiti, krydd, kjúklingakraftur

Blómkálssúpa

Innihald: Vatn, blómkál, hveiti, olía, rjómi, kraftur og krydd

Smjörbaunabollur með kartöflubátum, sveppasósu og fennelsalati

Innihald: Smjörbaunir, laukur, hvítlaukur, sellerírót, gulrætur, kókosmjólk, hafrar, grænmetiskraftur

Laugardagur

Steiktur fiskur með kartöflum, bökuðum fennel og kaldri kryddjurtasósu

Innihald fisks: Hveiti, canola-olía, krydd. Innihald sósu: Majónes, sýrður rjómi, grísk jógúrt, krydd

Sveppasúpa

Innihald: Vatn, sveppir, hveiti, repjuolía, rjómi, mjólk, knorr kraftur, sérrí, pipar

Graskersbaka með kartöflum, hrásalati og kaldri kryddjurtasósu

Innihald: Grasker, egg, spínat, laukur, linsubaunir, krydd, grænmetiskraftur

Sunnudagur

Kjúklingalæri með steiktum kartöflum, rótargrænmeti og soðsósu

Innihald í kartöflum: Kartöflur, ólífuolía, pipar, salt, paprikuduft

Innihald sósu: Soð af kjúkling, maísmjöl, salt, pipar, timjan

Rabarbaragautur og rjómaþand

Innihald: Rabarbari, sykur, vatn, salt, kartöflumjöl, krydd

Grænmetispottrettur með sætkartöflumús og hvítlauksbrauði

Innihald: Laukur, hvítlaukur, rótargrænmeti, linsubaunir, kartöflur, tómatar, rauðvín, kókosmjólk

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

Matseðill getur breyst án fyrirvara!