

Matseðill framleiðslueldhúss á Lindargötu

Vikan 14.–20. október 2024

Mánudagur

Soðinn þorskur með kartöflum, gulrótum og smjöri

Kókos-fiskisúpa

Fylltar kartöflur, salat og grænmetisblanda

Þriðjudagur

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

Skyr

Chili sin carne með grjónum og maís

Miðvikudagur

Hakkbollur með kartöflum, sveppasósu og rauðkáli

Blómkálssúpa

Smjörbaunir með kartöflubátum, sveppasósu og fennelsalati

Fimmtudagur

Steiktur fiskur með kartöflum, bökuðum fennel og kaldri kryddjurtasósu

Rabarbaragratun og rjómalbland

Graskersbaka með kartöflum, hrásalati og kaldri kryddjurtasósu

Föstudagur

Lamb í tandori með steiktum sætkartöflum, naan brauði og jógúrti

Kokteilávextir og rjómi

Grænmetispottréttur með steiktum sætkartöflum og naan brauði

Laugardagur

Steiktur þorskur í raspi með kartöflum, fersku hrásalati og tartarasósu

Grænmetissúpa

Rjómalagað ravioli-pasta með hvítlauksbrauði og salati

Sunnudagur

Svínasnitset með bökuðum kartöflum, kryddsmjöri og rôtargrænmeti

Eplakaka með rjóma

Steikt eggaldin með jógúrtsósu, kartöflum og rôtargrænmeti

Matseðill framleiðslueldhúss á Lindargötu

Vikan 14.–20. október 2024

Mánudagur

Soðinn þorskur með kartöflum, gulrótum og smjöri

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

Kókos-fiskisúpa

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

Fylltar kartöflur, salat og grænmetisblanda

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

Þriðjudagur

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

Skyr

Innihald: Skyr, mjólk, rjómi, sykur

Chili sin carne með grjónum og maís

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

Miðvikudagur

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, kjúklingskraftur

Blómkálssúpa

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

Smjörbaunir með kartöflubátum, sveppasósu og fennsalati

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

Fimmtudagur

Steiktur fiskur með kartöflum, bökuðum fennel og kaldri kryddjurtasósu

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

Rabarbaragautur og rjómbland

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

Graskersbaka með kartöflum, hrásalati og kaldri kryddjurtasósu

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

Föstudagur

Lamb í tandoori með steiktum sætum kartöflum, naan-brauði og jógúrti

Innihald í kartöflum: Kartöflur, ólífuolía, pipar, salt

Innihald sósu: Jógúrt Brauð: Hveiti, repjuolía, ger, vatn, mjólk, sykur, salt, krydd

Kokteilávextir og rjómi

Grænmetispottréttur með sætkartöflumús og hvítlauksbrauði

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

Laugardagur

Steiktur þorskur í raspi með kartöflum, fersku hrásalati og tartarasósu

Innihald í fiskrétti: Ýsa, brauðraspur (hveiti, ger, salt, E160b, E160c), repjuolía, vatn, maísmjöl, krydd

Innihald sósu: Majónes, egg, krydd

Innihald salats: Hvítkál, gúrka, gulrætur, edik, ávaxtasafi, krydd

Grænmetisúpa

Innihald: Ýmist grænmeti, ólífuolía, laukur, kraftur (Knorr), kókosmjólk, krydd

Rjómalagað ravioli-pasta með hvítlauksbrauði og salati

Innihald: Laukur, hvítlaukur, hvítvín, smjörbaunir, rjómi, blaðlaukur, pasta (hveiti, olía)

Sunnudagur

Svínasnitset með bökuðum kartöflum og rauðkáli

Innihald sósu: Kjötsoð, laukur, sveppir, krydd, rjómi, hveiti, canola-olía, kraftur (Knorr)

Eplakaka með þeyttum rjóma

Innihald: Hveiti, epli, sykur, egg, vatn, lyftiduft, kanill

Steikt eggaldin með jógúrtsósu, kartöflum og rôtargrænmeti

Innihald: Eggaldin, krydd, olía / Salsa: Nýrnabaunir, tómatar, mangó, rauðlaukur, sítrónusafi, olía, paprika, krydd

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

Matseðill getur breyst án fyrirvara!