

# Matseðill framleiðslueldhúss á Lindargötu

Vikan 4.–10. nóvember 2024

## Mánudagur

Soðin ýsa með kartöflum, rófum, smjöri og rúgbrauði

Grjónagrautur

Lárperuborgari með brokkólí, kartöflum og raita-sósu

## Þriðjudagur

Steiktur steinbítur með kartöflum, rifnum rófum, gulrótum og jógúrtsósu

Tómat-fiskisúpa

Stökkir jackfruit-vængir með rifnum rófum og gulrótum, jógúrtsósu og kartöflum

## Miðvikudagur

Lambakrebinettur með kartöflum og gulrótar-grænbaunajafningi

Rósakálssúpa

Oumph-borgari með kartöflumús, rauðvínssósu og sykurbaunum

## Fimmtudagur

Plokkfiskur með kartöflum, rúgbrauði og smjöri

Bláberjaskyr

Grænmetispottréttur með kartöflum og brauði

## Föstudagur

Kjúklingalæri með steiktum kartöflum, majónessalati og sveppasósu

Ávaxtaterta

Hnetusteik með steiktum kartöflum, grænmeti og sveppasósu

## Laugardagur

Steiktur fiskur í orlý með kartöflubátum, salati og kokkteilsósu

Kakósúpa og tvíbökur

Vorrúllur með grænmeti, hrísgrjón, súrsæt sósa og kryddlegnar baunir

## Sunnudagur

Kryddleginn grísahnakki með bökuðum kartöflum, eplasalati og rauðvínssósu

Apríkósugrautur

Fyllt paprika með steiktum kartöflum, rauðvínssósu og eplasalati

# Matseðill framleiðslueldhúss á Lindargötu

Vikan 4.–10. nóvember 2024

## Mánudagur

Soðin ýsa með kartöflum, rófum, smjöri og rúgbrauði

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

Grjónagrautur

Innihald: Mjólk, hrísgrjón, vatn, salt (sykur, kanill)

Lárperuborgari með brokkólí, kartöflum og raita-sósu

Innihald: Lárpera, hveiti, vatn, maís, olía, kínóa, kartöflumjöl, hafrar, E461, salt, jalapeño, ger, E300, E330 / Sósa: Sýrður rjómi, gúrka, hvítlaukur, kraftur, krydd

## Þriðjudagur

Steiktur steinbítur með kartöflum, rifnum rófum og gulrótum og jógurtsósu

Innihald salats: Rófur, gulrætur, rúsinur, edik, hunang

Tómat-fiskisúpa

Innihald: Tómatar, vatn, blandaður fiskur, laukur, gulrætur

Stökkir jackfruit-vængir með rifnum rófum og gulrótum, jógurtsósu og kartöflum

Innihald: Jackfruit, hveiti, vatn, ger, olía, krydd / Sósa: Jógúrt, grísk jógúrt, krydd, hunang

## Miðvikudagur

Lambakrebinettur með kartöflum og gulrótar-grænbaunajafningi

Innihald í sósu: Mjólk, hveiti, olía, gulrætur, baunir, krydd

Rósakálssúpa

Innihald súpu: Rósakál, vatn, hveiti, rjómi, olía, krydd, kraftur

Oumph-borgari með kartöflumús, rauðvínssósu og sykurbauunum

Innihald: Soja, maltodextrín, dextrósi, rauðbeður, olía, rísmjöl, krydd, metylcellulosa, sítrónutrefja

## Fimmtudagur

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

Bláberjaskyr

Innihald: Skyr, rjómi, mjólk, sykur, bláber

Grænmetispottréttur með kartöflum og brauði

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

## Föstudagur

Kjúklingalæri með steiktum kartöflum, majónessalati og sveppasósu

Innihald kjúklings: Ólífuolía, krydd / Innihald salats: Hvítkál, majónes, grænmeti, appelsínubykni, krydd

Innihald sósu: Sveppir, rjómi, hveiti, canola-olía, laukur, krydd, matarvín

Ávaxtaterta

Innihald: Hveiti, möndlumassi, eggjahvítur, smjör, lyftiduft, ber

Hnetusteik með steiktum kartöflum, grænmeti og sveppasósu

Innihald: Kasjúhnetur, pekanhnetur, furuhnetur, laukur, hvítlaukur, grasker, sætar kartöflur, gulrætur, rauðvín, sojahakk, nýrnabaunir, tómatar, kókosmjólk, hafrar

## Laugardagur

Steiktur fiskur í orlý með kartöflubátum, salati og kokkteilsósu

Innihald fiskréttar: Ýsa, raspur (hveiti, salt, ger), bindiefni (E450, E500), sinnepsduft, undanrennuduft, sítrus, repjuolía, dextrósi, krydd, egg

Innihald sósu: Majónes, tómatasósa / Innihald salats: Hvítkál, gulrætur, gúrka, rófur, sykur, edik, appelsínusafi, krydd

Kakósúpa og tvíbökur

Innihald: Mjólk, vatn, kakó, sykur, kartöflumjöl, salt

Vorrúllur með grænmeti, hrísgrjón, súrsæt sósa og kryddlegnar baunir

Innihald: Hvítkál, baunaspírur, olía, gulrætur, blaðlaukur, dextrín, salt, maíssterkja, grænmetiskraftur, krydd, sykur, egg, sítróna, hvítlaukur, soja, lyftiduft

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

## Sunnudagur

Kryddleginn grísahnakki með bökuðum kartöflum, eplasalati og rauðvínssósu

Innihald sósu: Kjötsoð, laukur, matarvín, maísmjöl, krydd, kraftur (Knorr) / Innihald salats: Epli, sýrður rjómi, majónes, sykur, sellerí, krydd

Apríkósugrautur

Innihald: Vatn, apríkósar, sykur, sítróna, kartöflumjöl, salt

Fyllt paprika með bökuðum kartöflum, rauðvínssósu og eplasalati

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

Þekktir ofnæmisvaldar eru merktir með **rauðu letri**. Matseðill getur breyst án fyrirvara!