

# Matseðill framleiðslueldhúss á Lindargötu

Vikan 18.–24. nóvember 2024

## Mánudagur

Soðinn þorskur með kartöflum, gulrótarsneiðum, smjóri og rúgbrauði  
Brauðsúpa og léttþeyttur rjómi

Núðlur með grænmeti, sætri piparsósu, salati og hnetublöndu

## Þriðjudagur

Kjúklingapottréttur með hvítlauksbrauði og hrísgrjónum  
Ávaxtagrautur

Rifið oumph í BBQ með hvítlauksbrauði og salati

## Miðvikudagur

Lasanja með salati, hvítlauksbrauði og parmesan  
Blómkálssúpa

Grænmetislasanja með salati, hvítlauksbrauði og parmesan

## Fimmtudagur

Pönnusteiktur fiskur í eggi með hrísgrjónum, kartöflum og karrýsósu  
Skyr

Djúpsteikt blómkál með hrísgrjónum, kartöflum og hnetusósu

## Föstudagur

Lambakjöt með frönskum kartöflum, brokkólíblöndu og sveppasósu  
Jarðarberjakaka

Hnetusteik með frönskum kartöflum, brokkólíblöndu og sveppasósu

## Laugardagur

Ýsa í raspi með bökuðum kartöflum, rôtargrænmetissalati og capers-smjóri  
Sjávarréttasúpa

Byggbuff með kartöflum, rôtargrænmetissalati og capers-smjóri

## Sunnudagur

Hakkað buff með brúnuðum lauk, kartöflum og sýrðum gúrkum  
Sérrýfrómas

Rauðrófubuff með steiktum kartöflum, sýrðum gúrkum og brúnuðum lauk

# Matseðill framleiðslueldhúss á Lindargötu

Vikan 18.–24. nóvember 2024

## Mánudagur

Soðinn þorskur með kartöflum, gulrótarsneiðum, smjöri og rúgbrauði

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

Brauðsúpa og léttþeyttur rjómi

Innihald: Hveiti, rúgur, natrón, salt, sykur, súrmjólk, púðursykur, malt, rúsinur, appelsína

Núðlur með grænmeti, sætri piparsósu, salati og hnetublöndu

Innihald: Eggjanúðlur, blandað grænmeti, soja, púðursykur, smjöribaunir, tómatur, edik, laukur, hvítlaukur, krydd, maísterkja

## Þriðjudagur

Kjúklingapottrettur með hvítlauksbrauði og hrísgrónum

Innihald: Kjúklingur, kjúklingasoð, laukur, sveppir, paprika, rjómi, hveiti, olía, kraftur, krydd

Ávaxtagrautur

Innihald: Blandaðir þurrkaðir ávextir, vatn, sykur, salt, kartöflumjöl

Rifið oush í BBQ með hvítlauksbrauði og salati

Innihald: Soja, vatn, salt, sykur, hveiti, edik, hunang, tómatur, maísterkja, rifsber, rúsinur, tamarind, laukur, sinnepsfræ, hvítlaukur, krydd, E415, 330, 202, 211

## Miðvikudagur

Lasanja með salati, hvítlauksbrauði og parmessan

Innihald hakkréttar: Nautahakk, tómatar, laukur, pastablöð (hveiti, egg, olía), hvítlaukur, sveppir, grænmeti, krydd, kraftar

Innihald í brauði: Hveiti, ger, krydd, smjör, hvítlaukur

Blómkálssúpa

Innihald: Blómkál, hveiti, canola-olía, rjómi, krydd, kraftur (Knorr)

Grænmetislasanja með salati, hvítlauksbrauði og parmessan

Innihald: Tómatar, laukur, hvítlaukur, kókosmjólk, kartöflur, grasker, grænmetiskraftur, krydd, hveiti, egg

## Fimmtudagur

Pönnusteiktur fiskur í eggi með hrísgrjónum, kartöflum og karrýsósu

Innihald í fiskrétti: Hveiti, egg, canola-olía, krydd / Innihald sósu: Rjómi, hveiti, canola-olía, laukur, krydd, kraftur

Innihald salats: Tómatar, laukur, paprika, gúrka, krydd

Skyr

Innihald: Skyr, mjólk, rjómi, sykur

Djúpsteikt blómkál með hrísgrjónum, kartöflum og hnetusósu

Innihald: Blómkál, hveiti, maísterkja, olía, krydd, E450

## Föstudagur

Lambakjöt með frönskum kartöflum, brokkólíblöndu og sveppasósu

Innihald sósu: Laukur, tómatur, edik, hp-sósa, púðursykur, krydd, hvítlaukur, kornolía, lambasoð / Innihald í kartöflum: Sólblómaolía, dextrósi, E450i

Jarðarberjakaka

Innihald: Hveiti, egg, sykur, smjörlíki, lyftiduft, jarðaber

Hnetusteik með frönskum kartöflum, brokkólíblöndu og sveppasósu

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

## Laugardagur

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

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

Sjávarréttasúpa

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

Byggbuff með kartöflum, rôtargrænmetissalati og capers-smjöri

Innihald: Bygg, laukur, hvítlaukur, spínat, rôtargrænmeti, smjöribaunir, blaðlaukur, grænmetiskraftur, krydd, hveiti, svartrót, hafrar

## Sunnudagur

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, sýrðum gúrkum og brúnuðum lauk

Innihald: Rauðrófur, svartar baunir, grasker, balasmik, púðursykur, paprika, tómatur, laukur, gulrætur, hafrar, grænmetiskraftur, krydd, púrtvín

Þekktir ofnæmisvaldar eru merktir með rauðu lettri.

Matseðill getur breyst án fyrirvara!