

# Heimsendingarmatseðill framleiðslueldhúss á Lindargötu

Vikan 20.–26. janúar 2025

## Mánudagur

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

Byggbuff með kartöflum, rôtargrænmetissalati og capers-smjöri

## Þriðjudagur

Hakkað buff með brúnuðum lauk, kartöflum og sýrðum gúrkum  
Sérrýfrómas

Rauðrófubuff með steiktum kartöflum, sýrðum gúrkum og brúnuðum lauk

## Miðvikudagur

Soðin ýsa með kartöflum, brokkólí og smjöri  
Grjónagrautur

Gulrótarflan með kartöflum, brokkólí og sósu

## Fimmtudagur

Kjötbollur, steiktar kartöflur, lauksósa og bakaðar sætar kartöflur  
Blómkálssúpa

Grænmetisbuff með steiktum kartöflum, lauksósu og sætum kartöflum

## Bóndadagur

Sviðasulta með rófustöppu, flatbrauði og smjöri  
Grjónagrautur

Oumph-hakk með spagettí, fersku salati og parmesanosti

## Laugardagur

Fiskibollur með soðnum kartöflum, blönduðu grænmeti og karrýsósu  
Sellerírótarsúpa

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 20.–26. janúar 2025

## Mánudagur

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, tómatkraftur, laukur, krydd, kraftur (Knorr)

### Byggbuff með kartöflum, rôtargrænmetissalati og capers-smjöri

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

## Priðjudagur

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, balsamik, púðursykur, paprika, tómat, laukur, gulrætur, hafrar, grænmetiskraftur, 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, steiktar kartöflur, lauksósa og bakaðar sætar kartöflur

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

### Bómkálssúpa

Innihald: Vatn, blómkál, laukur, **mjólk**, **rjómi**, kraftur, pipar, **hveiti**, repjuolía, kraftur

### Grænmetisbuff með steiktum kartöflum, lauksósu og sætum kartöflum

Innihald: Smjörbaunir, **pekanhnetur**, rôtargrænmeti, grænmetiskraftur, kókosmjólk, tómat, hafrar, krydd

## Föstudagur

Sviðasulta með rófustöppu, flatbrauði og smjöri

### Grjónagrautur

### 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 karrýsósu

Innihald í fiskibollum: Ýsuhakk, **mjólk**, **hveiti**, **egg**, laukur, hvítlaukur, krydd / Innihald í sósu:

Innihald í blönduðu grænmeti: Ýmist grænmeti, kartöflur, baunir, krydd og kraftur

### Sellerírótarsúpa

Innihald: Vatn, **sellerírót**, **hveiti**, repjuolía, pipar, **rjómi**, kraftur

### 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: Ólífuolía, krydd, kjúklingasoð, niðursoðnir tómat, rauðvín, laukur, krydd, maísmjöl, 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 letri**.

Matseðill getur breyst án fyrirvara!