

# Matseðill framleiðslueldhúss á Lindargötu

3.–9. febrúar 2025

## 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 rjómbland

Graskersbaka með kartöflum, hrásalati og kaldri kryddjurtasósu

## Föstudagur

Lambapottréttur með kartöflumús, grænum baunum og sultu

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

3.–9. febrúar 2025

## 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, kjúklíngakraftur

**Blómkálssúpa**

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

**Smjörbaunir með kartöflubátum, sveppasósu og fennelsalati**

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

Lambapottréttur með kartöflumús, grænum baunum og sultu

Innihald í kartöflumús: Kartöflur, **mjólk**, **smjör**, krydd

Innihald í pottretti: Lambakjöt, lambasoð, laukur, gulrætur, **hveiti**, repjuolía, rauðvín, krydd og kraftur

**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

**Grænmetissúpa**

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!