

2 Hádegisverður

Week 21

18.05.2026 - 24.05.2026

Lunch

	Mon 18/5	Tue 19/5	Wed 20/5	Thu 21/5	Fri 22/5	Sat 23/5	Sun 24/5
A1	Sænskar hakkbollur (innih. svínaafurð), Brún sósa með timían, Kartöflumús, Soðnar gulrætur, Óska jógúrt með blönduðum ávöxtum	Gufusoðinn þorskur, Hollandaisesósa, Kartöflur, Blómkál og spergilkál, Vorlauks- og kartöflusúpa	Oriental lambapottréttur, Hrísgrjón, Julienne grænmetisblanda, Frönsk lauksúpa, Rifinn ostur og brauðteningar	Vínarsnitsel (svína), Skógarsveppasósa, Ofnbakaðar sætar kartöflur, Steikt rósakál, Vanilluís	Kjúklingur á kóreska vísu, Köld sinneps- og hunangssósa, Hrísgrjón, Hrásalat, Möndlubúðingur, Karamellu rjómi	Kryddjurta-marineraður lax, Sítrónupíparostasósa, Sólarbulgur með jurtum og tómát, Grískt salat, Hindberjagrautur, Rjómi	Kryddaður grísahnakki, Grænpíparsósa, Kartöflugratín, Rauðkál, Jarðarberjaís
A2 - hentar eldri kynslóðinni	Sænskar hakkbollur (innih. svínaafurð), Brún sósa með timían, Kartöflumús, Soðnar gulrætur, Óska jógúrt með blönduðum ávöxtum	Gufusoðinn þorskur, Hollandaisesósa, Kartöflur, Blómkál og spergilkál, Vorlauks- og kartöflusúpa	Oriental lambapottréttur, Kartöflumús, Julienne grænmetisblanda, Frönsk lauksúpa, Rifinn ostur og brauðteningar	Vínarsnitsel (svína), Skógarsveppasósa, Ofnbakaðar sætar kartöflur, Steikt rósakál, Vanilluís	Kjúklingur á kóreska vísu, Köld sinneps- og hunangssósa, Kryddaðir kartöfluteningar, Ristað spergilkál og paprika með hvítlauk, Möndlubúðingur, Karamellu rjómi	Kryddjurta-marineraður lax, Sítrónupíparostasósa, Hvítlaukskrydduð kartöflumús, Grískt salat, Hindberjagrautur, Rjómi	Kryddaður grísahnakki, Grænpíparsósa, Kartöflugratín, Rauðkál, Jarðarberjaís
OP	Sænskar hakkbollur (innih. svínaafurð), Brún sósa með timían, Kartöflumús, Soðnar gulrætur, Óska jógúrt með blönduðum ávöxtum	Gufusoðinn þorskur, Hollandaisesósa, Kartöflur, Blómkál og spergilkál, Vorlauks- og kartöflusúpa	Oriental lambapottréttur, Kartöflumús, Julienne grænmetisblanda, Frönsk lauksúpa, Rifinn ostur og brauðteningar	Vínarsnitsel (svína), Skógarsveppasósa, Ofnbakaðar sætar kartöflur, Steikt rósakál, Vanilluís	Kjúklingur á kóreska vísu, Köld sinneps- og hunangssósa, Kryddaðir kartöfluteningar, Ristað spergilkál og paprika með hvítlauk, Möndlubúðingur, Karamellu rjómi	Kryddjurta-marineraður lax, Sítrónupíparostasósa, Hvítlaukskrydduð kartöflumús, Grískt salat, Hindberjagrautur, Rjómi	Kryddaður grísahnakki, Grænpíparsósa, Orku- og próteinbæiting, Kartöflugratín, Rauðkál, Jarðarberjaís

A3 - grænmetisfæði	Edamame buff, Basil Aioli, Hrísgjón, Hvítkáls og gulrótarsalat, Óska jógúrt með blönduðum ávöxtum	Tortillabátar, Sætkartöflu baunatangó, Fetaostur, kóríander, Sýrður rjómi, Salsasósa, Rifinn ostur, Ferskt salat, Vorlauks- og kartöflusúpa	Hirðingjabaka, Julienne grænmetisblanda, Hrásalat miðjarðarhafs, Frönsk lauksúpa, Rifinn ostur og brauðteningar	Sælkerá grænmetisbollur, Skógarsveppasósa, Ofnbakaðar sætar kartöflur, Mangósalsa, Vanilluís	Grænmetislasagne, Focaccia með tómát, Hrásalat, Indversk karrýsúpa	Grænmetis og baunapottréttur, Sólarbulgur með jurtum og tómát, Grískt salat, Hindberjagrautur, Rjómi	Baunabuff, Grænpiparsósa, Kartöflubátar, Hrásalat í sósu, Jarðarberjaís
RDS kjöt/fiskur	Sænskar hakkbollur (innih. svínaafurð), Brún sósa með timían, Kartöflumús, Soðnar gulrætur, Hvítkáls og gulrótarsalat, Hunangsmelóna	Gufusoðinn þorskur, Hollandaisesósa, Kartöflur, Blómkál og spergilkál, Vorlauks- og kartöflusúpa	Oriental lambapottréttur, Hrísgjón, Julienne grænmetisblanda, Vínber	Vínarsnitsel (svína), Skógarsveppasósa, Ofnbakaðar sætar kartöflur, Steikt rósakál, Mangósalsa, Appelsínubátar	Kjúklingur á kóreska vísu, Köld sinneps- og hunangssósa, Hrísgjón, Hrásalat, Ávaxtasalat	Kryddjurta-marineraður lax, Sítrónupiparostasósa, Sólarbulgur með jurtum og tómát, Grískt salat, Grísk jógúrt með karamellu og peru	Kryddaður grísahnakki, Grænpiparsósa, Kartöflugratín, Rauðkál, Hrásalat í sósu, Vanilluís (sykurskertur)
RDS grænmetisfæði	Edamame buff, Basil Aioli, Hrísgjón, Hvítkáls og gulrótarsalat, Hunangsmelóna	Tortillabátar, Sætkartöflu baunatangó, Fetaostur, kóríander, Sýrður rjómi, Salsasósa, Rifinn ostur, Ferskt salat, Vorlauks- og kartöflusúpa	Hirðingjabaka, Julienne grænmetisblanda, Hrásalat miðjarðarhafs, Frönsk lauksúpa, Rifinn ostur og brauðteningar	Sælkerá grænmetisbollur, Skógarsveppasósa, Ofnbakaðar sætar kartöflur, Mangósalsa, Appelsínubátar	Grænmetislasagne, Focaccia með tómát, Hrásalat, Indversk karrýsúpa	Grænmetis og baunapottréttur, Sólarbulgur með jurtum og tómát, Grískt salat, Grísk jógúrt með karamellu og peru	Baunabuff, Grænpiparsósa, Kartöflubátar, Hrásalat í sósu, Vanilluís (sykurskertur)