

## 2 Hádegisverður

Week 18

27.04.2026 - 03.05.2026

### Lunch

	Mon 27/4	Tue 28/4	Wed 29/4	Thu 30/4	Fri 1/5	Sat 2/5	Sun 3/5
<b>A1</b>	Sænskar kjötbollur (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 lambapotrétur, Hrísgjrjón, Julienne grænmetisblanda, Frönsk lauksúpa, Rifinn ostur og brauðteningar	Vínarsnitset (svína), Skógarsveppasósa, Ofnbakaðar sætar kartöflur, Steikt rósakál, Vanilluís	Villikryddað lambalæri, Villisveppasósa, Kartöflugratín, Rauðkál, Grænar baunir, Sítrónukaka	Kryddjurta-marineraður lax, Sítrónupiparostasós a, Sólarbulgur með jurtum og tómat, Grískt salat, Hindberjagrautur, Rjómi	Kryddaður grísahnakki, Grænpiparsósa, Kartöflugratín, Rauðkál, Jarðarberjaís
<b>A2 - hentar eldri kynslóðinni</b>	Sænskar kjötbollur (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 lambapotrétur, Kartöflumús, Julienne grænmetisblanda, Frönsk lauksúpa, Rifinn ostur og brauðteningar	Vínarsnitset (svína), Skógarsveppasósa, Ofnbakaðar sætar kartöflur, Steikt rósakál, Vanilluís	Villikryddað lambalæri, Villisveppasósa, Kartöflugratín, Rauðkál, Grænar baunir, Sítrónukaka	Kryddjurta-marineraður lax, Sítrónupiparostasós a, Hvítlaukskrydduð kartöflumús, Grískt salat, Hindberjagrautur, Rjómi	Kryddaður grísahnakki, Grænpiparsósa, Kartöflugratín, Rauðkál, Jarðarberjaís
<b>OP</b>	Sænskar kjötbollur (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 lambapotrétur, Kartöflumús, Julienne grænmetisblanda, Frönsk lauksúpa, Rifinn ostur og brauðteningar	Vínarsnitset (svína), Skógarsveppasósa, Ofnbakaðar sætar kartöflur, Steikt rósakál, Vanilluís	Villikryddað lambalæri, Villisveppasósa, Kartöflugratín, Rauðkál, Grænar baunir, Sítrónukaka	Kryddjurta-marineraður lax, Sítrónupiparostasós a, Hvítlaukskrydduð kartöflumús, Grískt salat, Hindberjagrautur, Rjómi	Kryddaður grísahnakki, Grænpiparsósa, Orku- og próteinbæting, Kartöflugratín, Rauðkál, Jarðarberjaís
<b>A3 - grænmetisfæði</b>	Edamame buff, Basil Aioli, Hrísgjrjón, 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	Kókoshjúpuð grænmetissteik, Villisveppasósa, Kartöflugratín, Hrásalat, Sítrónukaka	Grænmetis og baunapottrétur, Sólarbulgur með jurtum og tómat, Grískt salat, Hindberjagrautur, Rjómi	Baunabuff, Grænpiparsósa, Kartöflubátar, Hrásalat í sósu, Jarðarberjaís

<b>RDS kjöt/fiskur</b>	Sænskar kjötbollur (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	Villikryddað lambalæri, Villisveppasósa, Kartöflugratín, Rauðkál, Grænar baunir, 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)
<b>RDS grænmetisfæði</b>	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	Kókoshjúpuð grænmetissteik, Villisveppasósa, Kartöflugratín, Hrásalat, Ávaxtasalat	Grænmetis og baunapottréttur, Sólarbulgur með jurtum og tómát, Grískt salat, Grísk jógúrt með karamellu og peru	Baunabuff, Grænpiparsósa, Kartöflubátar, Hrásalat í sósu, Vanilluís (sykurskertur)