

2 Hádegisverður

Week 8
16.02.2026 - 22.02.2026

Lunch

	Mon 16/2	Tue 17/2	Wed 18/2	Thu 19/2	Fri 20/2	Sat 21/2	Sun 22/2
A1	Steiktur fiskibollur, Brún lauksósa, Kartöflur, Grænmetis- og graskersblanda, Kakósúpa, Tvíbökur	Soðið lambakjöt, Karrysósa, Kartöflur, Gufusoðnar gulrófur, Baunasúpa	Teriyaki lax með sesamfræjum, Sýrður rjómi með kryddmauki, Sætkartöflur með ristuðum kókos, Evrópublanda, Gulróta- og engifersúpa	Kjúklingasnitsel, Skógarsveppasósa, Steinselju kartöflur, Gufusoðnar grænar baunir, Ávaxta- og berjasalat með kirsuberjasósu	Kjúklingalæri, Brún kjúklingasósa, Steiktur kartöflur, Maísbauur, Jarðarberjasúrmjól	Steiktur fiskur í raspi, Remúlaði, Kartöflur, Sýrðar agúrkur, Sítrónubátur, Sveppasúpa	Steiktur fylltur lambaframpartur, Villisveppasósa, Kartöflugratín, Rauðkál, Romano blanda, Konudagsostakaka
A2 - hentar eldri kynslóðinni	Steiktur fiskibollur, Brún lauksósa, Kartöflur, Grænmetis- og graskersblanda, Kakósúpa, Tvíbökur	Soðið saltkjöt, Jafningur, Kartöflur, Gufusoðnar gulrófur, Baunasúpa	Teriyaki lax með sesamfræjum, Sýrður rjómi með kryddmauki, Ofnbakaðar sætar kartöflur, Gufusoðin spergilkálsblanda, Hrísgjónagratutur, Kanilsykur	Kjúklingasnitsel, Skógarsveppasósa, Steinselju kartöflur, Gulrætur, grænar baunir, Ávaxta- og berjasalat með kirsuberjasósu	Kjúklingalæri, Brún kjúklingasósa, Steiktur kartöflur, Grænmetis- og graskersblanda, Jarðarberjasúrmjól	Steiktur fiskur í raspi, Remúlaði, Kartöflur, Sýrðar agúrkur, Sítrónubátur, Sveppasúpa	Steiktur fylltur lambaframpartur, Villisveppasósa, Kartöflugratín, Rauðkál, Grænar baunir, Konudagsostakaka
OP	Steiktur fiskibollur, Brún lauksósa, Kartöflur, Grænmetis- og graskersblanda, Kakósúpa, Tvíbökur	Soðið saltkjöt, Jafningur, Kartöflur, Gufusoðnar gulrófur, Baunasúpa	Teriyaki lax með sesamfræjum, Sýrður rjómi með kryddmauki, Ofnbakaðar sætar kartöflur, Gufusoðin spergilkálsblanda, Hrísgjónagratutur, Kanilsykur	Kjúklingasnitsel, Skógarsveppasósa, Steinselju kartöflur, Gulrætur, grænar baunir, Ávaxta- og berjasalat með kirsuberjasósu	Kjúklingalæri, Brún kjúklingasósa, Steiktur kartöflur, Grænmetis- og graskersblanda, Jarðarberjasúrmjól	Steiktur fiskur í raspi, Remúlaði, Kartöflur, Sýrðar agúrkur, Sítrónubátur, Sveppasúpa	Steiktur fylltur lambaframpartur, Villisveppasósa, Kartöflugratín, Rauðkál, Grænar baunir, Konudagsostakaka

A3 - grænmetisfæði	Byggbollur, Köld karrýsósa, Hrísgjón, Grænmetis- og graskersblanda, Kakósúpa, Tvíbökur	Tófú í grænu karrý, Tandoori hrísgrjón, Kínversk blanda, Grísk jógúrt með súkkulaðiflögum	Edamame buff, Sýrður rjómi með kryddmauki, Sætkartöflur með ristuðum kókos, Evrópublanda, Gulróta- og engifersúpa	Vegan snitsel, Skógarsveppasósa, Steinselju kartöflur, Gufusoðnar grænar baunir, Ávaxta- og berjasalat með kirsuberjasósu	Grænmetis pizza, Grískt salat, Jarðarberjasúrmjólk	Grísk ostabaka, Spínatsósa, Hrásalat í safi, Sveppasúpa	Grænmetis parmesan polenta, Villisveppasósa, Smjörbaunir, Focaccia með tómát, Smjör, Konudagsostakaka
RDS kjöt/fiskur	Steiktur fiskibollur, Brún lauksósa, Kartöflur, Grænmetis- og graskersblanda, Blönduð grænmetissúpa	Soðið lambakjöt, Karrýsósa, Kartöflur, Gufusoðnar gulrófur, Baunasúpa	Teriyaki lax með sesamfræjum, Sýrður rjómi með kryddmauki, Sætkartöflur með ristuðum kókos, Evrópublanda, Gulróta- og engifersúpa	Kjúklingasnitsel, Skógarsveppasósa, Steinselju kartöflur, Gufusoðnar grænar baunir, Ávaxta- og berjasalat með kirsuberjasósu	Kjúklingalæri, Brún kjúklingasósa, Steiktur kartöflur, Maísbaunir, Vatnsmelóna	Steiktur fiskur í raspi, Remúlaði, Kartöflur, Sýrðar agúrkur, Sítrónubátur, Sveppasúpa	Steiktur fylltur lambaframpartur, Villisveppasósa, Kartöflugratin, Rauðkál, Romano blanda, Vanilluís (sykurskertur)
RDS grænmetisfæði	Byggbollur, Köld karrýsósa, Hrísgjón, Grænmetis- og graskersblanda, Blönduð grænmetissúpa	Tófú í grænu karrý, Tandoori hrísgrjón, Kínversk blanda, Ávaxtasalat	Edamame buff, Sýrður rjómi með kryddmauki, Sætkartöflur með ristuðum kókos, Evrópublanda, Gulróta- og engifersúpa	Vegan snitsel, Skógarsveppasósa, Steinselju kartöflur, Gufusoðnar grænar baunir, Ávaxta- og berjasalat með kirsuberjasósu	Grænmetis pizza, Grískt salat, Vatnsmelóna	Grísk ostabaka, Spínatsósa, Hrásalat í safi, Sveppasúpa	Grænmetis parmesan polenta, Villisveppasósa, Smjörbaunir, Focaccia með tómát, Smjör, Vanilluís (sykurskertur)