

4 Kvöldverður

Week 49
12/01/2025 - 12/07/2025

Dinner

	Mon 1/12	Tue 2/12	Wed 3/12	Thu 4/12	Fri 5/12	Sat 6/12	Sun 7/12
A1	Butter chicken, Butter sósa, Raita agúrkusósa, Hrísgjón, Naan brauð, Indversk linsusúpa	Þorskur í rjómaostasósu, Dillkartöflur, Blómkál og spergilkál, Blönduð blómkálssúpa	Roastbeef smørrebrød, Kartöflusalat, Sveppasúpa	Léttsaltaður fiskur með döðlum og fetaosti, Beurre blanc sósa (smjörsósa), Hvítlauskrydduð kartöflumús, Eggaldin- og kúrbítsblanda, Aspassúpa	Kjötbollur (inniheldur svínaafurð), Villisveppasósa, Kartöflumús, Maisbaunir, Hrært ferskt skyr, Rjómi	Shawarma kjúklingur, Agúrkusósa, Kúskús með jurtum og tómat, Gulrætur, Villisveppasúpa	Brasilískur fiskréttur, Spínat og mangó Raita, Steinselju kartöflur, Kornsalsa, Grísk jógúrt með karamellueplum
A2 - hentar eldri kynslóðinni	Butter chicken, Butter sósa, Raita agúrkusósa, Ofnbakaðar sætar kartöflur, Naan brauð, Indversk linsusúpa	Þorskur í rjómaostasósu, Dillkartöflur, Blómkál og spergilkál, Blönduð blómkálssúpa	Roastbeef smørrebrød, Kartöflusalat, Sveppasúpa	Léttsaltaður fiskur með döðlum og fetaosti, Beurre blanc sósa (smjörsósa), Hvítlauskrydduð kartöflumús, Eggaldin- og kúrbítsblanda, Aspassúpa	Kjötbollur (inniheldur svínaafurð), Villisveppasósa, Kartöflumús, Bakaðar rauðrófur, Hrært ferskt skyr, Rjómi	Shawarma kjúklingur, Agúrkusósa, Krókettur, Gulrætur, Villisveppasúpa	Brasilískur fiskréttur, Spínat og mangó Raita, Steinselju kartöflur, Gufusoðin spergilkálsblanda, Grísk jógúrt með karamellueplum
OP	Butter chicken, Butter sósa, Raita agúrkusósa, Ofnbakaðar sætar kartöflur, Naan brauð, Indversk linsusúpa	Þorskur í rjómaostasósu, Dillkartöflur, Blómkál og spergilkál, Blönduð blómkálssúpa	Roastbeef smørrebrød, Kartöflusalat, Sveppasúpa	Léttsaltaður fiskur með döðlum og fetaosti, Beurre blanc sósa (smjörsósa), Hvítlauskrydduð kartöflumús, Eggaldin- og kúrbítsblanda, Aspassúpa	Kjötbollur (inniheldur svínaafurð), Villisveppasósa, Kartöflumús, Bakaðar rauðrófur, Hrært ferskt skyr, Rjómi	Shawarma kjúklingur, Agúrkusósa, Krókettur, Gulrætur, Villisveppasúpa	Brasilískur fiskréttur, Spínat og mangó Raita, Steinselju kartöflur, Gufusoðin spergilkálsblanda, Grísk jógúrt með karamellueplum

A3 - grænmetisfæði	Butter blómkál, Butter sósa, Raita agúrkusósa, Hrísgjón, Naan brauð, Indversk linsusúpa	Sveppa byggottó, Gróft smábrauð, Smjör, Caprese salat, Blönduð blómkálssúpa	Osta tortellini með grænmeti, Hvítlauksbrauð, Hrásalat í safi, Sveppasúpa	Kókos- og grænmetisbaunapott réttur, Focaccia með tómát, Eggaldin- og kúrbítsblanda, Aspassúpa	Brokkólíbuff, Villisveppasósa, Kartöflumús, Maisbaunir, Hrært ferskt skyr, Rjómi	Oumph shawarma , Agúrkusósa, Kúskús með jurtum og tómát, Gulrætur, Villisveppasúpa	Grænmetis og baunapottréttur, Bulgur með rúsínum og graskersfræjum, Kornsalsa, Grísk jógúrt með karamellueplum
RDS kjöt/fiskur	Butter chicken, Butter sósa, Raita agúrkusósa, Hrísgjón, Naan brauð, Indversk linsusúpa	Þorskur í rjómaostasósu, Dillkartöflur, Blómkál og spergilkál, Blönduð blómkálssúpa	Roastbeef smørrebrød, Kartöflusalat, Sveppasúpa	Léttsaltaður fiskur með döðlum og fetaosti, Beurre blanc sósa (smjörsósa), Hvítlaukskrydduð kartöflumús, Eggaldin- og kúrbítsblanda, Aspassúpa	Kjötbollur (inniheldur svínaafurð), Villisveppasósa, Kartöflumús, Maisbaunir, Vínber	Shawarma kjúklingur, Agúrkusósa, Kúskús með jurtum og tómát, Gulrætur, Villisveppasúpa	Brasilískur fiskréttur, Spínat og mangó Raita, Steinselju kartöflur, Kornsalsa, Ávaxtasalat
RDS grænmetisfæði	Butter blómkál, Butter sósa, Raita agúrkusósa, Hrísgjón, Naan brauð, Indversk linsusúpa	Sveppa byggottó, Gróft smábrauð, Smjör, Caprese salat, Blönduð blómkálssúpa	Osta tortellini með grænmeti, Hvítlauksbrauð, Hrásalat í safi, Sveppasúpa	Kókos- og grænmetisbaunapott réttur, Focaccia með tómát, Eggaldin- og kúrbítsblanda, Aspassúpa	Brokkólíbuff, Villisveppasósa, Kartöflumús, Maisbaunir, Vínber	Oumph shawarma , Agúrkusósa, Kúskús með jurtum og tómát, Gulrætur, Villisveppasúpa	Grænmetis og baunapottréttur, Bulgur með rúsínum og graskersfræjum, Kornsalsa, Ávaxtasalat