

4 Kvöldverður

Week 12
16.03.2026 - 22.03.2026

Dinner

	Mon 16/3	Tue 17/3	Wed 18/3	Thu 19/3	Fri 20/3	Sat 21/3	Sun 22/3
A1	Ítalskur þorskréttur, Steinselju kartöflur, Romanesko blanda, Vanillusúpa, Kanilsykur	Austurlensk grísmásteik, Kartöfluteningar með kryddjurtum, Ferskt salat, Blóðappelsínusúrmjólík	Kentuckyhjúpauður þorskur, Chantillysósa, Kartöflur, Gufusoðið blómkál og gulrætur, Saltkaramellubúðingur	Nauta stroganoff, Kartöflumús, Hrásalat í sósu, Ferskjuskýr, Rjómi	Þorskur í Tempura, Béarnaisesósa, Kartöflur, Gulrætur, Kakósúpa, Tvíbökur	Roastbeef smørrebrød, Kartöflusalat, Grænmetisúpa dagsins	Gratíneraður fiskur með mexíkóosti, Ofnbakaðar kartöflur með steinselju, Hrásalat í safi, Kóngasveppasúpa
A2 - hentar eldri kynslóðinni	Ítalskur þorskréttur, Steinselju kartöflur, Gufusoðin spergilkálsblanda, Vanillusúpa, Kanilsykur	Austurlensk grísmásteik, Kartöfluteningar með kryddjurtum, Ferskt salat, Blóðappelsínusúrmjólík	Kentuckyhjúpauður þorskur, Chantillysósa, Kartöflur, Gufusoðið blómkál og gulrætur, Saltkaramellubúðingur	Nauta stroganoff, Kartöflumús, Hrásalat í sósu, Ferskjuskýr, Rjómi	Þorskur í Tempura, Béarnaisesósa, Kartöflur, Gulrætur, Kakósúpa, Tvíbökur	Roastbeef smørrebrød, Kartöflusalat, Grænmetisúpa dagsins	Gratíneraður fiskur með mexíkóosti, Ofnbakaðar kartöflur með steinselju, Hrásalat í safi, Kóngasveppasúpa
OP	Ítalskur þorskréttur, Steinselju kartöflur, Gufusoðin spergilkálsblanda, Vanillusúpa, Kanilsykur	Austurlensk grísmásteik, Kartöfluteningar með kryddjurtum, Ferskt salat, Blóðappelsínusúrmjólík	Kentuckyhjúpauður þorskur, Chantillysósa, Kartöflur, Gufusoðið blómkál og gulrætur, Saltkaramellubúðingur	Nauta stroganoff, Kartöflumús, Hrásalat í sósu, Ferskjuskýr, Rjómi	Þorskur í Tempura, Béarnaisesósa, Kartöflur, Gulrætur, Kakósúpa, Tvíbökur	Roastbeef smørrebrød, Kartöflusalat, Grænmetisúpa dagsins	Gratíneraður fiskur með mexíkóosti, Ofnbakaðar kartöflur með steinselju, Hrásalat í safi, Kóngasveppasúpa
A3 - grænmetisfæði	Afríkupottréttur, Gróft smábrauð, Paprikumurostur, Romanesko blanda, Vanillusúpa, Kanilsykur	Kókos- og grænmetisbaunapottur, Kartöfluteningar með kryddjurtum, Ferskt salat, Blóðappelsínusúrmjólík	Maís- og paprikubuff, Chantillysósa, Hrísgjón, Gufusoðið blómkál og gulrætur, Saltkaramellubúðingur	Blómkáls- og kjúklingabaunakarrý, Hrísgjón, Naan brauð, Hrásalat í sósu, Ferskjuskýr, Rjómi	Sveppabaka, Spínatsósa, Baunasalat, Kakósúpa, Tvíbökur	Grænmetis pizza, Tómatar, agúrkur, Grænmetisúpa dagsins	Kínverskur baunaréttur, Hrísgjón, Hrásalat í safi, Kóngasveppasúpa

RDS kjöt/fiskur	Ítalskur þorskréttur, Steinselju kartöflur, Romanesko blanda, Vínber	Austurlensk grísasmásteik, Kartöfluteningar með kryddjurtum, Ferskt salat, Melóna kantalópa	Kentuckyhjúpaður þorskur, Chantillysósa, Kartöflur, Gufusoðið blómkál og gulrætur, Blönduð grænmetissúpa	Nauta stroganoff, Kartöflumús, Hrásalat í sósu, Ferskjuskýr, Nýmjólk	Þorskur í Tempura, Béarnaisesósa, Kartöflur, Gulrætur, Hunangsmelóna	Roastbeef smørrebrød, Kartöflusalat, Grænmetissúpa dagsins	Gratíneraður fiskur með mexíkóosti, Ofnbakaðar kartöflur með steinselju, Hrásalat í safu, Kóngasveppasúpa
RDS grænmetisfæði	Afríkupottréttur, Gróft smábrauð, Paprikumurostur, Romanesko blanda, Vínber	Kókos- og grænmetisbaunapott réttur, Kartöfluteningar með kryddjurtum, Ferskt salat, Melóna kantalópa	Maís- og paprikubuff, Chantillysósa, Hrísgrjón, Gufusoðið blómkál og gulrætur, Blönduð grænmetissúpa	Blómkáls- og kjúklingabaunakarrý, Hrísgrjón, Naan brauð, Hrásalat í sósu, Ferskjuskýr, Nýmjólk	Sveppabaka, Spínatsósa, Baunasalat, Hunangsmelóna	Grænmetis pizza, Tómatar, agúrkur, Grænmetissúpa dagsins	Kínverskur baunaréttur, Hrísgrjón, Hrásalat í safu, Kóngasveppasúpa