

4 Kvöldverður

Week 17
22.04.2024 - 28.04.2024

Dinner

	Mon 22/4	Tue 23/4	Wed 24/4	Thu 25/4	Fri 26/4	Sat 27/4	Sun 28/4
A1	Gufusoðinn þorskur, Saffran kókossósa, Kartöflur, Blómkál og spergilkál, Eplakaka með crumble, Rjómatoppur	Tortellini í rjómabeikonsósu, Hvítlauksbrauð, Ferskt salat, Púff skyr með jarðarberja og límónu	Austurlensk grísmásteik, Tandoori grjón með grænmeti, Ferskt salat, Möndlubúðingur, Karamellu rjómi	Þorskur í sætri kryddolíu, Spínatsósa, Tómatrisotto með basiliku, Agúrkusalat með lime og myntu, Hrært ferskt skyr, Rjómi	Burritos (nauta), Sýrður rjómi, Salsasósa, köld, Túrmerik hrísgrjón, Tómat og paprikusalsa, Kakósúpa, Tvíbökur	Kjúklingur í kókoskarrýsósu, Hrísgmjón, Ferskt salat, Sveppasúpa	Sítruslegin bleikja, Spínat og mangó Raita, Kramdar kartöflur, Soðið rôtargrænmeti, Daim ísblóm
A2 - hentar eldri kynslóðinni	Gufusoðinn þorskur, Saffran kókossósa, Kartöflur, Blómkál og spergilkál, Eplakaka með crumble, Rjómatoppur	Tortellini í rjómabeikonsósu, Hvítlauksbrauð, Tómatar, agúrkur, Púff skyr með jarðarberja og límónu	Austurlensk grísmásteik, Kartöfluteningar með kryddjurtum, Ferskt salat, Möndlubúðingur, Karamellu rjómi	Þorskur í sætri kryddolíu, Spínatsósa, Tómatrisotto með basiliku, Agúrkusalat með lime og myntu, Hrært ferskt skyr, Rjómi	Svinninn héri, Brún rífsberjasósa, Kartöflumús, Rauðkál, Kakósúpa, Tvíbökur	Kjúklingur í kókoskarrýsósu, Kartöflur, Blandaðar gulrætur, Sveppasúpa	Sítruslegin bleikja, Spínat og mangó Raita, Kramdar kartöflur, Soðið rôtargrænmeti, Daim ísblóm
OP	Gufusoðinn þorskur, Saffran kókossósa, Kartöflur, Blómkál og spergilkál, Eplakaka með crumble, Rjómatoppur	Tortellini í rjómabeikonsósu, Hvítlauksbrauð, Tómatar, agúrkur, Púff skyr með jarðarberja og límónu	Austurlensk grísmásteik, Kartöfluteningar með kryddjurtum, Ferskt salat, Möndlubúðingur, Karamellu rjómi	Þorskur í sætri kryddolíu, Spínatsósa, Tómatrisotto með basiliku, Agúrkusalat með lime og myntu, Hrært ferskt skyr, Rjómi	Svinninn héri, Brún rífsberjasósa, Kartöflumús, Rauðkál, Kakósúpa, Tvíbökur	Kjúklingur í kókoskarrýsósu, Kartöflur, Blandaðar gulrætur, Sveppasúpa	Sítruslegin bleikja, Spínat og mangó Raita, Kramdar kartöflur, Soðið rôtargrænmeti, Daim ísblóm
A3 - grænmetisfæði	Indverskar pönnukökur, Basil Aioli, Kúskús, Kirsuberjatómatar, Eplakaka með crumble, Rjómatoppur	Rauðar linsur í Masala sósu, Hvítlauksbrauð, Ferskt salat, Hrísgmjónagrat, Kanilsykur	Ratatouille, Tzatziki sósa, Ferskt salat, Focaccia með tómatar, Möndlubúðingur, Karamellu rjómi	Gulróta og laukbaka, Spínatsósa, Agúrkusalat með lime og myntu, Hrært ferskt skyr, Rjómi	Tortillabátar, Tex mex fylling, Sýrður rjómi, Rifinn ostur, Tómat og paprikusalsa, Kakósúpa, Tvíbökur	Grænmetisfantasía með linsum og tómatar, Smá rúnnstykki, Smjör, Ferskt salat, Sveppasúpa	Falafelbollur, Spínat og mangó Raita, Kramdar kartöflur, Soðið rôtargrænmeti, Daim ísblóm

RDS kjöt/fiskur	Gufusoðinn þorskur, Saffran kókossósa, Kartöflur, Blómkál og spergilkál, Blönduð grænmetissúpa	Tortellini í rjómabeikonsósu, Hvítlauksbrauð, Ferskt salat, Appelsínubátar	Austurlensk grísasmásteik, Tandoori grjón með grænmeti, Ferskt salat, Melóna kantálópa	Þorskur í sætri kryddolíu, Spínatsósa, Tómatrisotto með basilíku, Agúrkusalat með lime og myntu, Blaðlaukssúpa	Burritos (nauta), Sýrður rjómi, Salsasósa, köld, Túrmerik hrísgrjón, Tómat og paprikusalsa, Hunangsmelóna	Kjúklingur í kóskarrýsósu, Hrísgjón, Ferskt salat, Vatnsmelóna	Sítruslegin bleikja, Spínat og mangó Raita, Kramdar kartöflur, Soðið rôtargrænmeti, Appelsínubátar
RDS grænmetisfæði	Indverskar pönnukökur, Basil Aioli, Kúskús, Kirsuberjatómatar, Vínber	Rauðar linsur í Masala sósu, Hvítlauksbrauð, Ferskt salat, Appelsínubátar	Ratatouille, Tzatziki sósa, Ferskt salat, Focaccia með tómát, Blönduð grænmetissúpa, Melóna kantálópa	Gulróta og laukbaka, Spínatsósa, Agúrkusalat með lime og myntu, Blaðlaukssúpa	Tortillabátar, Tex mex fylling, Sýrður rjómi, Rifinn ostur, Tómat og paprikusalsa, Hunangsmelóna	Grænmetisfantasía með linsum og tómát, Smá rúnnstykki, Smjör, Ferskt salat, Vatnsmelóna	Falafelbollur, Spínat og mangó Raita, Kramdar kartöflur, Soðið rôtargrænmeti, Appelsínubátar