

## Innihaldslýsing 450

Mánudagur 21/4

Súpa: Grænmetikjöt kraftur, maesinamjöl, **matreiðslurjóni**.

Aðalréttur: Lambalæri, grillkrydd, eggjarauður, smjör, kjötsoð, bernaise esses, estragon.

Grænmetisréttur: Rótargrænmeti, olífuolía, grænmetiskrydd.(V)

Þriðjudagur 22/4

Súpa: Sætar kartöflur, kókosmjólk, kjöt kraftur, maesinamjöl, matreislurjóni.

Aðalréttur: Lambaframpartur, tandoori kryddblanda, laukur, paprika, kjötsoð, kókosmjólk, **matreislurjóni**, maesinamjöl.

Grænmetisréttur: Rótargrænmeti, hrísgrjón, baunasterkja, salt, pippar, karrý, brauðraspur.(V)

Miðvikudagur 23/4

Súpa: Mjólk, hrísgrjón, salt, sykur, vanilla.

Aðalréttur: **Porskur**, brauðraspur, eggjablanda, salt, pippar, majones, sírt grænmeti, sinnep.

Grænmetisréttur: Rótargrænmeti, kjúklingabaunir, mangó, salt, pippar, engifer.(V)

Fimmtudagur 24/4

Súpa: Grænmeti, kjöt kraftur, maesinamjöl, **matreiðslurjóni**.

Aðalréttur: Lambafylle, salt, pippar, rósmarin, kjötsoð, **matreisðurjóni**, maesinamjöl.

Grænmetisréttur: Grænmeti, olífuolía, grænmetiskrydd.(V)

Föstudagur 25/4

Súpa: Grænmeti, kjöt kraftur, **matreiðslurjóni**, maesinamjöl.

Aðalréttur: Kjúklingalæri, mexíkókrydd, salsa.

Grænmetisréttur: Laukur, blómkál, spergilkál, gulrætur, paprika, mexíkókrydd, salsa.(V)

Laugardagur 26/4

Súpa: Grænmeti, kjöt kraftur, maesinamjöl **matreisðurjóni**.

Aðalréttur: Nautahakk, tómatauk, hvítlaukur, hveiti lasagneblöð, rjómaostur, kjöt kraftur, maesinamjöl, matreislurjóni.

Aukaréttur: Rótargrænmeti, olífuolía, salt, pippar.

Sunnudagur 27/4

Súpa: Grænmeti, kjöt kraftur, maesinamjöl, matreisðurjóni.

Aðalréttur: Lambalæri, grillkrydd, kjötsoð, sveppir, matreisðlurjóni, maesinamjöl.

Aukaréttur: Rótargrænmeti, olífuolía, salt, pippar.

Í eldhúsinu er notað hráefni sem getur valdið ofnæmi t.d. hnetur, fræ, mjólkurvörur, egg, og baunir. Allir kjöt kraftar og krydd eru án MSG.

. Innihaldslýsing á nautakjötkrafti: Joðbætt matarsalt, þrávarnarefni(E320) krydd, soja, lauksduft, ger, repjuolía, bragðaukandi efni (E620 E635) nautakjötsþykkni.

Innihaldslýsing á kjúklingakjötkrafti: Joðbætt matarsalt, þrávarnarefni(E320) krydd, soja, lauksduft, ger, repjuolía, bragðaukandi efni (E620 E635) kjúklingakjötsþykkni.

Grænmetiskraftur: Joðbætt matarsalat, soja, E621, E635, sólblómaolía, þurkaðir ávextir, glugosasafþykkni, ger.

Matreiðslurjóni: Undanrennuduft, grænmetis olía.

Majones: Repjuolía, vatn, eggjarauður, sykur, salt, E260, E330, E202, E211.

(M)= mjólkurvörur, (E)= egg, (V)= vegan.

Upprunaland á hráefni: Fiskur Ísland, kjúklingur Ísland, , lambakjöt Ísland og Spán, naut Ísland.