

## Innihaldslýsing 396

Mánudagur 8/4

Súpa: Kakó, mjólk, salt, sykur, vanilla, maesinamjöl(M).

Aðalréttur: **Porskur**, brauðraspur, heilhveiti, salt, pipar, rjómi, sítrónupipar, sýrður rjómi.

Grænmetisréttur: Gulrætur, blómkál, spergilkál, sætar kartöflur, svartbaunir, baunasterkja, hvítlaukur, chili.(V)

Þriðjudagur 9/4

Súpa: Hvítkál, engifer, grænmetiskraftur, maesinamjöl, **matreiðslurjómi**.(M).

Aðalréttur: Nautalærkjöt, tómatauk, rauðvín, kjötsoð, laukur, sveppir, paprika, kartöflur, selleryrót, mjólk, smjör, hvítlaukur, kartöfluduft, salt, pipar.

Grænmetisréttur: Sætar kartöflur, spergilkál, híðisgrjón, olífuolía, chili, grænmetiskraftur.(V)

Miðvikudagur 10/4

Súpa: Hrísgjón, mjólk, salt, sykur.

Aðalréttur: **Bleikja**, salt, pipar, blandaðar hnetur, sýrður rjómi, sítrónupipar.

Grænmetisréttur: Laukur, paprika, blómkál, kjúklingabaunir, grænmetiskraftur, grænmeti.(V)

Fimmtudagur 11/4

Súpa: Paprika, kjötkraftur, maesinamjöl, **matreiðslurjómi**.

Aðalréttur: Grísalæti, eggjablanda, brauðraspur, salt, pipar, grillkrydd, sveppir sveppakraftur, kjötkraftur, **matreiðslurjómi**, maesinamjöl.

Grænmetisréttur: Gulrætur, blómkál, zuzzini, sveppir, hvítlaukur, olífuolía, tómatar, BBQ marinerung.(V)

Föstudagur 12/4

Súpa: Grænmeti, grænmetiskraftur, maesinamjöl, matreiðslurjómi.

Aðalréttur: Kjúklingalæri, BBQ marinerung, tómatauk, sinnep, grillkrydd, majones.

Grænmetisréttur: Grænmeti, baunastrekja, kjúklingabaunir, salt, pipar, laukur, hvítlaukur.(V)

Laugardagur 13/4

Súpa: Grænmeti, kjötkraftur, maesinamjöl, matreiðslurjómi.

Aðalréttur: Lambaframpartur, tælensk kryddblanda, karrý, kókosmjólk, kjötkraftur, engifer, maesinamjöl, matreiðslurjómi.

Aukaréttur: Ýsa, heilhveiti, brauðraspur, salt, pipar.

Sunnudagur 14/4

Súpa: Grænmeti, kjötkraftur, maesinamjöl, matreiðslurjómi.

Aðalréttur: Lambalæri ,grillkrydd, kjötkraftur, maesinamjöl, matreiðslurjómi.

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

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

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

Matreiðslurjómi: Undanrennuduft, grænmetis olía.

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

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

Upprunaland á hráefni: Fiskur Ísland, nautakjöt Ísland, grísakjöt Ísland, kjúklingur Ísland.