

Matseðill vikunnar

24 - 30 ágúst.

Mánudagur 24.ágúst

Asískur grænmetisréttur og salat dagsins.

Aspassúpa.

Pönnusteiktur þorskur með nýjum kartöflum og tartarsósu.

Þriðjudagur 25.ágúst

Baunabuff með grilluðu grænmeti og salat dagsins.

Frönsk lauksúpa með crutons og osti.

Hakkað buff með kartöflumauki, rauðkáli, baunum og lauksósu

Miðvikudagur 26.ágúst

Hnetusteik með vegansósu.

Hrísgjónagrautur

Djúpsteikt langa í raspi með nýjum kartöflum og remúlaði.

Fimmtudagur 27.ágúst

Vegan snitsel með sveppasósu

Paprikusúpa.

Marineraður grísahnakki með hvítlaukskartöflum og sveppasósu.

Föstudagur 28.ágúst

Bakað blómkál með kryddolíu og granateplum.

Grænmetissúpa.

BBQ kjúklingabitar með frönskum kartöflum, sósu og salati.

Laugardagur 29.ágúst

Grænmetisréttur dagsins.

Súpa dagsins

Ítalskar hakkbollur með pasta og marinerassósu.

Sunnudagur 30.ágúst

Grænmetisréttur dagsins.

Súpa dagsins

Gljáðar kalkúnabringur með steiktum kartöflum og villisveppasósu.



MÚLAKAFFI

Innihaldslýsing 520

Mánudagur 24/8

Súpa: Aspas, kjötkraftur, maesinamjöl, **matreiðslurjóni**.

Aðalréttur: **Porskur**, brauðraspur, heilhveiti, salt, pipar, **egg**, **majones**, sýrðar agúrkur, blaðlaukur, **sinnep**.

Grænmetisréttur: Rótargrænmeti, engifer, hvítlaukur, karrý, mangó.(V)

Þriðjudagur 25/8

Súpa: Tómatmauk, kjötsoð, laukur, chili, hvítlaukur.

Aðalréttur: Nautahakk, grísahakk, laukur, **egg**, salt, pipar, **mjól**, **smjör**, kartöflur, kartöfluduft, laukur, kjötsoð, maesinamjöl, **matreiðslurjóni**.

Grænmetisréttur: Rótargrænmeti, laukur, hvítlaukur, grænmetiskraftur, baunasterkja.(V)

Miðvikudagur 26/8

Súpa: Hrísgjón, **mjól**, salt, sykur, vanilla

Aðalréttur: **Langa**, brauðraspur, **eggjablanda**, salt, pipar, **majones**, sýrt grænmeti **sinnep**.

Grænmetisréttur: Rótargrænmeti, salt, pipar, grænmetiskraftur, bankabygg, haframjöl, tómatmauk..(V)

Fimmtudagur 27/8

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

Aðalréttur: Grísahnakki, svartur hvítlaukur, salt, pipar, grillkrydd, sveppir, kjötsoð, maesinamjöl, **matreiðslurjóni**.

Grænmetisréttur: Kjúklingabaunir, maissterkja, hrísgjónamjöl, glútenlaus brauðraspur, laukur, salt.(V)

Föstudagur 28/8

Súpa: Grænmeti, grænmetiskraftur, maesinamjöl, **matreiðslurjóni**.

Aðalréttur: Kjúklingalæri, BBQ mariunering, **majones**, tómatsósa, **sinnep**, **soja**.

Grænmetisréttur: Blómkál, kryddolía, engifer, hvítlaukur.(V)

Laugardagur 29/8

Súpa: Grænmeti, kjötkraftur, maesinamjöl, **matreiðslurjóni**.

Aðalréttur: Nautakjöt, grísakjöt, laukur, sterkja, hvítlaukur, tómatmauk, kjötsoð.

Aukaréttur: Steikt rötargrænmeti.

Sunnudagur 31/8

Súpa: Grænmeti, kjötkraftur, maesinamjöl, **matreiðslurjóni**.

Aðalréttur: Kalkúnabringur, salt, pipar, grillkrydd, kjötkraftur, villisveppir, maesinamjöl, **matreiðslurjóni**.

Aukaréttur: Rötargrænmeti, hvítlauksolía.

Í eldhúsinu er notað hráefni sem getur valdið ofnæmi t.d. hnetur, fræ, mjólkurvörur, egg, og baunir.

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.

ötkraftar og krydd eru án MSG.

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, (G)=glúten.

Upprunaland á hráefni: Fiskur Ísland, nautakjöt Ísland, lambakjöt Ísland og Nýasjaland, kjúklingur Pólland, kalkún, Þýskaland.



MÚLAKAFFI