



# Matseðill

Vikan 2.- 6. Des. 2024

## Mánudagur

**Veganréttur:** graskers og linsubauna grænmetis réttur (M) (V) (G)

**Kjöt/fiskréttur:** Nauta gúllas, Kartöflumús, sýrður rjómi (G)

**Súpa dagsíns:** Frönsk grænmetissúpa (M) (G) (V)

*Ferskur og hollur salatbar - nýbakað Rósmarínbrauð*

## Þriðjudagur

**Veganréttur:** Grillað terýaki marinerað tófú, hýðisgrjón, hvítlauksmæjó (M) (V)

**Kjöt/fiskréttur:** Appelsínu kúmen kjúklíngur, kartöflubátar, chipotle mayo (M)

**Súpa dagsíns:** Brokkolí sítrónugras súpa (V) (G) (M)

*Ferskur og hollur salatbar - nýbakað Jalapeno cheddar brauð*

## Miðvikudagur

**Veganréttur:** Hnetusteik, kartöflur, rauðkál og baunir, mandarínu mayo (M) (V) (G)

**Kjöt/fiskréttur:** Hangikjöt, kartöflur, uppstúf, rauðkál og baunir

**Súpa dagsíns:** Jóla aspás súpa

*Ferskur og hollur salatbar - nýbakað Heilökornabrauð*

## Fimmtudagur

**Veganréttur:** Blómkálsbuff, quinoa, eldpirar sósa (M) (V) (G)

**Kjöt/fiskréttur:** Þorskur í kókos raspi, quinoa, estragon mayo (M)

**Súpa dagsíns:** Kjötsúpa (M) (G)

*Ferskur og hollur salatbar - nýbakað Tímjanbrauð*

## Föstudagur

**Veganréttur:** Vegan schnitzel, Tómatbasil sósa og hrísgrjón (M) (V)

**Kjöt/fiskréttur:** Tuscan kjúklíngaréttur, hrísgrjón

**Súpa dagsíns:** Steinseljurótar súpa (G)(M)(V)

*Ferskur og hollur salatbar - nýbakað Fimmkornabrauð*

Mjólkurlaus = (M) Vegan = (V) Gluten free = (G)