



Matseðill

Vikan 21.– 25. Júlí 2025

Mánudagur

Veganréttur: Hnetursteik, Quinoa, sveppamæjó © M V

Kjöt/fískrættur: Rogan josh (insverskur lamba réttur), hrísgrjón, ©

Súpa dagsíns: Graskerssúpa ©

Ferskur og hollur salatbar - nýbakað Sólblómafræ brauð,

Þriðjudagur

Veganréttur: Grillað tófú, Blómkálsbygg, maiskurl M V

Kjöt/fískrættur: Lax, blómkálsbygg, dilldressing

Súpa dagsíns: Sellerírótar súpa © M V

Ferskur og hollur salatbar - nýbakað Sólblómafræ brauð,

Miðvikudagur

Veganréttur: Spínat og kartöflu buff, rótar grænmeti, kryddjurta dressing © V M

Kjöt/fískrættur: Kjúklinga snitsel, rôtargrænmeti, Sætt sinneps sósa

Súpa dagsíns: Rjómalöguð Tómat súpa ©

Ferskur og hollur salatbar - nýbakað Fimmkornabrauð,

Fimmtudagur

Veganréttur: Steikt grjón með oupmh, © M V

Kjöt/fískrættur: langa, grænerturissotto, estragon veloute

Súpa dagsíns: Kjúklinga og engifer súpa © M

Ferskur og hollur salatbar - nýbakað Fimmkornabrauð,

Föstudagur

Veganréttur: Vegan borgari, franskar og Big mac sósa M V

Kjöt/fískrættur: Kjúklinga buffalo vængir, franskar, gráðaosta sósa ©

Súpa dagsíns: Blómkálssúpa M © V

Ferskur og hollur salatbar - nýbakað Rósmarínbrauð

Mjólkurlaus = M Vegan = V Gluten free = ©