

Matseðill viku 6

Mánudagur 3. febrúar

1. Ýsa með steinselju-kartöflum, grænmeti og hunangs-rjómasósu
2. Nautastroganoff, grænmeti, kartöflumús, blómkál og brauðbolla
3. Hvitlauks- og hvitbaunabuff, kryddgrjón, grænmeti og kryddjurtasósa (V)
4. Salat með sitrusmarineruðum rækjum, tómötum, rauðlauk og jóгурtdressingu
5. Hamborgari og franskar
6. Raspfiskur og franskar
7. Sesarsalat RDS, kjúklingur, tómatar, gúrka, parmesan, brauðteningar og sesardressing
Súpa dagsins: Aspássúpa

Þriðjudagur 4. febrúar

1. Ofnbakaður þorskur með steiktu smælki, fennil, grænmeti og humarsósu
2. Matarmikil mexíkó-kjúklingasúpa með nachos og rifnum osti
3. Vegan bolognese, spaghetti og hvitlauksbrauð (V)
4. Salat með grænmetisbollum, eggj, döðlum, grillaðri papriku og balsam dressingu
5. Hamborgari og franskar
6. Raspfiskur og franskar
7. Sesarsalat RDS, kjúklingur, tómatar, gúrka, parmesan, brauðteningar og sesardressing
Súpa dagsins: Mexíkó súpa

Miðvikudagur 5. febrúar

1. Soðin ýsa, kartöflur, gufusoðið grænmeti, bráðið smjör og rúgbrauð
2. Hakkbuff með eggj, smælkikartöflum, grænmeti og piparsósu
3. Djúpsteikt blómkál með kartöflubátum, grænmeti og chili mayo (V)
4. Salat með kjúkling, mangó, avocado, maís og limedressingu
5. Hamborgari og franskar
6. Raspfiskur og franskar
7. Sesarsalat RDS, kjúklingur, tómatar, gúrka, parmesan, brauðteningar og sesardressing
Súpa dagsins: Rjómalöguð grænmetissúpa

Fimmtudagur 6. febrúar

1. Karfi, rósakál, gulrætur, kartöflur og blaðlaukssósa
2. Gljáður léttreyktur grís, bakað rótargrænmeti, heimalagað rauðkál, brúnaðar kartöflur og sveppasósa
3. Tælenskur grænmetispottréttur, hrisgrjón og grilluð paprika (V)
4. Salat með túnfisk, kotasælu, rauðlauk, papriku og hvitlauksdressing
5. Hamborgari og franskar
6. Raspfiskur og franskar
7. Sesarsalat RDS, kjúklingur, tómatar, gúrka, parmesan, brauðteningar og sesardressing
Súpa dagsins: Minestrone súpa

Föstudagur 7. febrúar

1. Gratíneraður mexíkó þorskur með salsa sósu, tómötum, grænmeti og hrisgrjónum
2. RDS kjúklingaborgari með iceberg, tómötum, pikkludum rauðlauk og hvitlauksmajó, vöflufranskar og kokteilsósa
3. Hnetusteik með smælkikartöflum, rötargrænmeti, rauðkáli og sveppasósu (V)
4. Salat með kjúklingalegg, selleri, gúrku, tómötum og gráðostadressing
5. Hamborgari og franskar
6. Raspfiskur og franskar
7. Sesarsalat RDS, kjúklingur, tómatar, gúrka, parmesan, brauðteningar og sesardressing
Súpa dagsins: Sveppasúpa



Tydzien 6 menu

Poniedziałek 3. lutego

1. Dorsz z ziemniakami z pietruszką, warzywami i kremowym sosem miodowym
2. Stroganow wołowy z warzywami, puree ziemniaczanym, kalafiozem i bułką
3. Placki z czosnku i białej fasoli, ryż z ziołami, warzywa i sos ziółowy (v)
4. Sałatka z krewetkami marynowanymi w cytrusach, pomidorami, czerwoną cebulą i dressingiem jogurtowym
5. Hamburger i frytki
6. Panierowana ryba z frytkami
7. RDS Sałatka Caesar, kurczak, pomidory, ogórek, parmezan, grzanki i dressing Caesar

Zupa dnia: Zupa szparagowa

Wtorek 4. lutego

1. Dorsz pieczony w piekarniku z smażonymi młodymi ziemniakami, koprem włoskim, warzywami i sosem homarowym
2. Zupa z kurczaka Maxican z nachos i startym serem
3. Wegański bolończyk ze spaghetti i czosnkowym chlebem (v)
4. Sałatka z kulkami warzywnymi, jajkiem, daktylami, grillowanym dressing paprykowo-balsamiczny
5. Hamburger i frytki
6. Panierowana ryba z frytkami
7. RDS Sałatka Caesar, kurczak, pomidory, ogórek, parmezan, grzanki i dressing Caesar

Zupa dnia: Meksykańska zupa warzywna

Sroda 5. lutego

1. Gotowany dorsz z ziemniakami, gotowanymi na parze warzywami, roztopionym masłem i chlebem żytnim
2. Placki wotowe z jajkiem, młodymi ziemniakami, warzywami i sosem z czarnego pieprzu
3. Głęboko smażony kalafior z ćwiartkami ziemniaków, warzywami i chili mayo (v)
4. Sałatka z kurczakiem, mango, awokado, kukurydzą i dressingiem limonkowym
5. Hamburger i frytki
6. Panierowana ryba z frytkami
7. RDS Sałatka Caesar, kurczak, pomidory, ogórek, parmezan, grzanki i dressing Caesar

Zupa dnia: Kremowa zupa pomidorowa

Czwartek 6. lutego

1. Redfish z brukselką, marchewką, ziemniakami i porem sos
2. Glazurowana wędzona szynka, pieczone warzywa korzeniowe, domowa czerwona kapusta, karmelizowane ziemniaki i sos grzybowy
3. Tajski gulasz warzywny z ryżem i grillowaną papryką (v)
4. Sałatka z tuńczykiem, serem wiejskim, czerwoną cebulą, papryką i dressingiem czosnkowym
5. Hamburger i frytki
6. Panierowana ryba z frytkami
7. RDS Sałatka Caesar, kurczak, pomidory, ogórek, parmezan, grzanki i dressing Caesar

Zupa dnia: Zupa Minestrone

Piatek 7. lutego

1. Zapiekana ryba z salsą, pomidorami, warzywami i ryżem
2. Burger z kurczakiem RDS z sałatą lodową, pomidorami, marynowaną czerwoną cebulą i majonezem czosnkowym, frytkami waflowymi i sosem koktajlowym
3. Stek orzechowy z młodymi ziemniakami, warzywami korzeniowymi i sosem grzybowym (v)
4. Sałatka z udkiem kurczaka, selerem, ogórkiem, pomidorami i dressingiem z sera pleśniowego
5. Hamburger i frytki
6. Panierowana ryba z frytkami
7. RDS Sałatka Caesar, kurczak, pomidory, ogórek, parmezan, grzanki i dressing Caesar

Zupa dnia: Zupa grzybowa



Menu week 6

Monday, 3rd of February

1. Haddock with parsley-potatoes, vegetables and creamy honey sauce
2. Beef stroganoff with vegetables, mashed potatoes, cauliflower and breadroll
3. Garlic- and white bean cakes, rice with herbs, vegetables and herb sauce (v)
4. Salad with citrusmarinated shrimps, tomatoes, red onions and yoghurt dressing
5. Hamburger and fries
6. Breaded fish and chips
7. RDS caesar salad, chicken, tomatoes, cucumber, parmesan, croutons and Caesar dressing

Soup of the day: Asparagus soup

Tuesday, 4th of February

1. Ovenbaked cod with sauteed baby potatoes, fennel, vegetables and lobster sauce
2. Mexican chicken soup with nachos and grated cheese
3. Vegan Bolognese with spaghetti and garlic bread (v)
4. Salad with vegetable balls, egg, dates, grilled paprika and balsam dressing
5. Hamburger and fries
6. Breaded fish and chips
7. RDS caesar salad, chicken, tomatoes, cucumber, parmesan, croutons and Caesar dressing

Soup of the day: Mexican vegetable soup

Wednesday, 5th of February

1. Boiled haddock with potatoes, steamed vegetables, melted butter and rye bread
2. Beef cakes with an egg, baby potatoes, vegetables and black pepper sauce
3. Deepfried cauliflower with potato wedges, vegetables and chili mayo (v)
4. Salad with chicken, mango, avocado, corn and lime dressing
5. Hamburger and fries
6. Breaded fish and chips
7. RDS caesar salad, chicken, tomatoes, cucumber, parmesan, croutons and Caesar dressing

Soup of the day: Creamy tomato soup

Thursday, 6th of February

1. Redfish with brussel sprouts, carrots, potatoes and leek sauce
2. Glazed smoked ham, baked root vegetables, homemade red cabbage, caramelized potatoes and mushroom sauce
3. Thai vegetable stew with rice and grilled paprika (v)
4. Salad with tuna, cottage cheese, red onions, paprika and garlic dressing
5. Hamburger and fries
6. Breaded fish and chips
7. RDS caesar salad, chicken, tomatoes, cucumber, parmesan, croutons and Caesar dressing

Soup of the day: Minestrone soup

Friday, 7th of February

1. Gratinated fish with salsa, tomatoes, vegetables and rice
2. RDS chicken burger with iceberg, tomatoes, pickled red onion and garlic mayo, waffle fries and cocktail sauce
3. Nut steak with baby potatoes, root vegetables and mushroom sauce (v)
4. Salad with chicken drumstick, celery, cucumber, tomatoes and blue cheese dressing
5. Hamburger and fries
6. Breaded fish and chips
7. RDS caesar salad, chicken, tomatoes, cucumber, parmesan, croutons and Caesar dressing

Soup of the day: Mushroom soup

