

Matseðill viku 14

Mánudagur 31. mars

1. Ýsa, steiktar kartöflur, blómkál, gulrætur og brún lauksósa
2. Rjómalagaður nautapottréttur með papriku, lauk, gulrótum, kartöflumús og sulta
3. Linsubaunir „dhansak“ með krydduðum hrisgrjónum, grænmeti og flatbrauði (V)
4. Blandað ferskt salat með marineruðum rækjum, tómötum, vorlauk, parmesan og sítrónu vinaigrette
5. Hamborgari og franskar
6. Raspfiskur og franskar
7. Sesarsalat RDS, kjúklingur, tómatar, gúrka, parmesan, brauðteningar og sesardressing
Súpa dagsins: Blómkálssúpa

Priðjudagur 1. apríl

1. Langa með parmesan hjúp, djúpsteikt smælki, sítróna, grænmeti og köld hvítlaukssósa
2. Tandoori krydduð kjúklingalæri og leggur, karrigrjón, grænmeti, naan brauð og mango chutney sósa
3. Pasta með basilpestó, grænmeti og grillað brauð (V)
4. Salat með kjúkling, beikoni, kirsuberjatómötum, pikkluduðum rauðlauk og hvítlauks-dressingu
5. Hamborgari og franskar
6. Raspfiskur og franskar
7. Sesarsalat RDS, kjúklingur, tómatar, gúrka, parmesan, brauðteningar og sesardressing
Súpa dagsins: Lauksúpa

Miðvikudagur 2. apríl

1. Plokkfiskur með eggj, rúgbrauð og smjör
2. Kalkúnabollur með smælkikartöflum, maisbaunum, rötargrænmeti og sveppasósu
3. Gulrótabuff með timían og kóriander, steiktar smælki kartöflur, grænmeti og rjómasósa (V)
4. Blandað ferskt salat með grænmetisbuffi, sætum kartöflum, döðlum, vínberjum, wasabi baunum og basil-majónes dressingu
5. Hamborgari og franskar
6. Raspfiskur og franskar
7. Sesarsalat RDS, kjúklingur, tómatar, gúrka, parmesan, brauðteningar og sesardressing
Súpa dagsins: Basil-tómat súpa

Fimmtudagur 3. apríl

1. Pönnusteikt ýsa í caperssmjöri með smælkikartöflum og grænmeti
2. Fylltar grísalundir með fetaosti, sólþurrkuðum tómötum og döðlum, kartöflugratín, grænmeti og rjómasósa
3. Quesadilla með nýrnabaunum, maisbaunum og grænmeti, nachos flögur og guacamole (V)
4. Salat með sesamkjúkling, appelsínu, marineraðri papriku, brauðteningum og appelsínu-jógúrt dressingu
5. Hamborgari og franskar
6. Raspfiskur og franskar
7. Sesarsalat RDS, kjúklingur, tómatar, gúrka, parmesan, brauðteningar og sesardressing
Súpa dagsins: Grænmetissúpa

Föstudagur 4. apríl

1. Bleikja með sætri dijon marineringu, sætkartöflusalat, ofnbakað rötargrænmeti og dillrjómasósa
2. Wishbone steikarloka með bernaie sósu, lauk, sveppum og papriku, djúpsteiktir kartöflubátar og bernaie sósa
3. Shiitake sveppa borgari með karamelliseraðum rauðlauk, iceberg, tomat og chili mayo, kartöflubátar og chili mayo
4. Pastasalat með eggj, tómötum, edamame baunum, brokkolí og basil-pestó dressingu
5. Hamborgari og franskar
6. Raspfiskur og franskar
7. Sesarsalat RDS, kjúklingur, tómatar, gúrka, parmesan, brauðteningar og sesardressing
Súpa dagsins: Sveppasúpa



Tydzien 14 menu

Poniedziałek 31. marca

1. Dorsz, smażone ziemniaki, kalafior, marchewka i sos cebulowy
2. Kremowy gulasz wołowy z papryką, cebulą, marchewką, puree ziemniaczanym i dżemem
3. Soczewica „dhansak”, ryż z ziołami, warzywami i chlebem pita (v)
4. Sałatka z marynowanymi krewetkami, pomidorami, cebulką dymką, parmezanem i winegretem cytrynowym
5. Hamburger i frytki
6. Panierowana ryba z frytkami
7. RDS Sałatka Caesar, kurczak, pomidory, ogórek, parmezan, grzanki i dressing Caesar
Zupa dnia: Zupa kalafiorowa

Wtorek 1. kwietnia

1. Ling z parmezanową skórką, smażonymi młodymi ziemniakami, cytryną, warzywami i zimnym sosem czosnkowym
2. Udka i pałki z kurczaka tandoori, ryż z curry, warzywami, naanem i sosem chutney z mango
3. Makaron z pesto bazyliowym, warzywami i grillowanym chlebem (v)
4. Sałatka z kurczakiem, boczkiem, pomidorkami koktajlowymi, marynowaną czerwoną cebulą 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 cebulowa

Sroda 2. kwietnia

1. Gulasz rybny z jajkiem, chlebem żytnim i masłem
2. Klopsiki z indyka z młodymi ziemniakami, kukurydzą, warzywami korzeniowymi i sosem grzybowym
3. Placki marchewkowe z tymiankiem i kolendrą, smażone młode ziemniaki, warzywa i sos śmietanowy (v)
4. Sałatka z plackami warzywnymi, słodkimi ziemniakami, daktylami, winogronami, groszkiem wasabi i majonezem bazyliowym
5. Hamburger i frytki
6. Panierowana ryba z frytkami
7. RDS Sałatka Caesar, kurczak, pomidory, ogórek, parmezan, grzanki i dressing Caesar
Zupa dnia: Zupa pomidorowa z bazylią

Czwartek 3. kwietnia

1. Smażony dorsz z kaparami i masłem, młodymi ziemniakami i warzywami
2. Południca wieprzowa z fetą, suszonymi pomidorami i daktylami, gratin ziemniaczany, warzywa i sos śmietanowy
3. Quesadilla z czerwoną fasolą, kukurydzą i warzywami, nachos i guacamole (v)
4. Sałatka z kurczakiem w sezamie, pomarańczą, marynowaną papryką, grzankami i dressingiem pomarańczowo-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 warzywna

Piatek 4. kwietnia

1. Arktyczny pstrąg z marynatą z słodkiego dijONU, sałatka ze słodkich ziemniaków, pieczone warzywa korzeniowe i kremowy sos koperkowy
2. Kanapka ze stekiem Wishbone z sosem berneńskim, cebulą, pieczarkami i papryką, smażonymi ćwiartkami ziemniaków i sos bernaise
3. Burger z grzybami shiitake z karmelizowaną cebulą, sałatą lodową, pomidorami i chili mayo, ćwiartki ziemniaków i chili mayo (v)
4. Sałatka z makaronem, jajkiem, pomidorami, edamame, brokułami i dressingiem bazyliowo-pesto
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 14

Monday, 31st of March

1. Haddock, sauteed potatoes, cauliflower, carrots and onion gravy
2. Creamy beef stew with paprika, onions, carrots, mashed potatoes and jam
3. Lentil "dhansak", rice with herbs, vegetables and flatbread (v)
4. Salad with marinated shrimps, tomatoes, spring onions, parmesan and lemon vinaigrette
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: Cauliflower soup

Tuesday, 1 of April

1. Ling with parmesan crust, fried baby potatoes, lemon, vegetables and cold garlic sauce
2. Tandoori chicken thighs and drumstick, rice with curry, vegetables, naan and mango chutney sauce
3. Pasta with basil-pesto, vegetables and grilled bread (v)
4. Salad with chicken, bacon, cherry tomatoes, pickled red onions 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: Onion soup

Wednesday, 2nd of April

1. Fish stew with an egg, rye bread and butter
2. Turkey meatballs with baby potatoes, corn, root vegetables and mushroom sauce
3. Carrot cakes with thyme and coriander, sauteed baby potatoes, vegetables and cream sauce (v)
4. Salad with vegetable cakes, sweet potatoes, dates, grapes, wasabi peas and basil-mayo
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: Basil-tomato soup

Thursday, 3rd of April

1. Panfried haddock with capers-butter, baby potatoes and vegetables
2. Pork loin with feta, sundried tomato and date filling, potato gratin, vegetables and cream sauce
3. Quesadilla with red kidney beans, corn and vegetables, nachos and guacamole (v)
4. Salad with sesame-chicken, orange, marinated paprika, croutons and orange-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: Vegetable soup

Friday, 4th of April

1. Arctic char with sweet dijon marinade, sweet potato salad, baked root vegetables and creamy dill sauce
2. Wishbone steak sandwich with bernaise, onions, mushrooms and paprika, fried potato wedges and bernaise sauce
3. Shiitake mushroom burger with caramelized onions, iceberg, tomatoes and chili mayo, potato wedges and chili mayo (v)
4. Salad with pasta, egg, tomatoes, edamame, broccoli and basil-pesto 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

