

Matseðill viku 36

Mánudagur 1. september

1. Ofnbökuð ýsa, kartöflur, hvítlaukssósa og ristað grænmeti
2. Nautapottréttur með gulrótum, sveppum og lauk, kartöflumús, brokkolí og blómkál
3. Gulróta- linsubaunabuff, kryddjurtasósu, kartöflur og grænmeti (V)
4. Kjúklingasalat með tómötum, döðlum, kasjúhnetum og rauðlauksvinaigrette
5. Hamborgari og franskar
6. Raspfiskur og franskar
7. Sesarsalat RDS, kjúklingur, tómatar, gúrka, parmesan, brauðteningar og sesardressing

Súpa dagsins: Blómkálssúpa

Þriðjudagur 2. september

1. Langa í „tapenade“ hjúp, steiktar tímíankartöflur, spínat, rôtargrænmeti og hvítvínssósa
2. Kjúklingabyssa og leggur, steiktar smælkikartöflur, grænmeti, hrásalat og kryddjurtasósa
3. Gyros grænmetisblanda með sojakjöti, couscous, flatbrauði og hvítlaukssósu (V)
4. Nicoise salat með reyktum laxi, aspas, eggj, tómötum og grænum ólífum
5. Hamborgari og franskar
6. Raspfiskur og franskar
7. Sesarsalat RDS, kjúklingur, tómatar, gúrka, parmesan, brauðteningar og sesardressingu

Súpa dagsins: Tómat-grænmetissúpa

Miðvikudagur 3. september

1. Bernaise plockfiskur, rúgbrauð og smjör
2. Quesadilla með nautahakki, baunum, fetaosti og grænmeti, krydduð hrísgrjón og guacamole
3. Vorrúllur, hrísgrjón, grænmeti og sweet chili sósa (V)
4. Salat með tandoori krydduðum kjúkling, cous cous, pekanhnetum og jógurtsósu
5. Hamborgari og franskar
6. Raspfiskur og franskar
7. Sesarsalat RDS, kjúklingur, tómatar, gúrka, parmesan, brauðteningar og sesardressingu

Súpa dagsins: Aspásúpa

Fimmtudagur 4. september

1. Ýsa í kókos-karrý með hrísgrjónum, baby mais, papriku og bambus
2. Hamborgarhryggur, brúnaðar kartöflur, heimalagað rauðkál, rósakál og rauðvínssósa
3. Hnetusteik með bökuðu rôtargrænmeti, heimalöguðu rauðkáli og sveppasósu (V)
4. Fersk salat með ristudum risarækjum, léttisyrðu hvítkáli, vatnsmelónu og sætri chilidressingu
5. Hamborgari og franskar
6. Raspfiskur og franskar
7. Sesarsalat RDS, kjúklingur, tómatar, gúrka, parmesan, brauðteningar og sesardressing

Súpa dagsins: Kakósúpa

Föstudagur 5. september

1. Lax með sætsinnepssósu, blandað grænmeti og sætar kartöflur
2. Hægeldaður kalkúnaleggur, sætar kartöflur, grænmeti og soðsósa
3. Svartbaunabuff með hýðishrísgrjónum, grænmeti og appelsínusósu (V)
4. Salat með eggjum, beikoni, brauðteningum, tómötum og sinnepsdressingu
5. Hamborgari og franskar
6. Raspfiskur og franskar
7. Sesarsalat RDS, kjúklingur, tómatar, gúrka, parmesan, brauðteningar og sesardressing

Súpa dagsins: Sveppasúpa



Menu week 36

Monday, 1st of September

1. Baked haddock, potatoes, garlic sauce and roasted vegetables
2. Beef stew with carrots, mushrooms and onions, mashed potatoes, broccoli and cauliflower
3. Carrot- and lentil cakes, herb sauce, potatoes and vegetables (v)
4. Salad with chicken, tomatoes, dates, cashews and red onion 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, 2nd of September

1. Ling with tapenade crust, potatoes with thyme, spinach, root vegetables and white wine sauce
2. Chicken pistol and drumstick, sauteed baby potatoes, vegetables, coleslaw and herb sauce
3. Gyros vegetable mix with soy meat, couscous, flatbread and garlic sauce (v)
4. Nicoise salad with smoked salmon, asparagus, egg, tomatoes and green olives
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: Tomato soup

Wednesday, 3rd of September

1. Fish stew with bernaïse sauce, rye bread and butter
2. Quesadilla with beef, beans, feta and vegetables, rice and guacamole
3. Spring rolls, rice, vegetables and sweet chili sauce (v)
4. Salad with tandoori chicken, couscous, pecans 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

Thursday, 4th of September

1. Haddock in coconut-curry, rice, baby corn, paprika and bamboo
2. Glazed ham, caramelized potatoes, homemade red cabbage brussel sprouts and red wine sauce
3. Nut steak with baked root vegetables, homemade red cabbage and mushroom sauce (v)
4. Salad with grilled prawns and pickled white cabbage, watermelon and sweet chili 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: Cocoa soup

Friday, 5th of September

1. Salmon with sweet mustard sauce, mixed vegetables and sweet potatoes
2. Roasted leg of turkey, sweet potatoes, vegetables and gravy
3. Black bean cakes, rice, vegetables and orange sauce (v)
4. Salad with eggs, bacon, croutons and mustard 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



Tydzien 35 menu

Poniedziałek 1. września

1. Pieczony dorsz, ziemniaki, sos czosnkowy i pieczone warzywa
2. Gulasz wołowy z marchewką, pieczarkami i cebulą, puree ziemniaczanym, brokułami i kalafiorom
3. Placki z marchewki i soczewicy, sos ziołowy, ziemniaki i warzywa (v)
4. Sałatka z kurczakiem, pomidorami, daktylami, nerkowcami i winegretem z czerwonej cebuli
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 2. września

1. Ling w panierce z tapenadą, ziemniaki z tymiankiem, szpinak, warzywa korzeniowe i sos z białego wina
2. Kurczak w cieście pistoletowym i udku, smażone młode ziemniaki, warzywa, surówka coleslaw i sos ziołowy
3. Mieszanka warzywna do gyrosa z mięsem sojowym, kuskusem, chlebem pita i sosem czosnkowym (v)
4. Sałatka nicejska z wędzonym łososiem, szparagami, jajkiem, pomidorami i zielonymi oliwkami
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

Sroda 3. września

1. Gulasz rybny z sosem berneńskim, chlebem żytnim i masłem
2. Quesadilla z wołowiną, fasolą, fetą i warzywami, ryżem i guacamole
3. Sajgonki, ryż, warzywa i słodki sos chili (wegetariańskie)
4. Sałatka z kurczakiem tandoori, kuskusem, pekanami i sosem 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

Czwartek 4. września

1. Dorsz w Curry kokosowe, ryż, mini kukurydza, papryka i bambus
2. Glazurowana szynka, karmelizowane ziemniaki, domowa brukselka z czerwonej kapusty i sos z czerwonego wina
3. Stek orzechowy z pieczonymi warzywami korzeniowymi, domową czerwoną kapustą i sosem grzybowym (v)
4. Sałatka z grillowanymi krewetkami, marynowaną białą kapustą, arbuzem i sosem słodko-ostrym chili
5. Hamburger i frytki
6. Panierowana ryba z frytkami
7. RDS Sałatka Caesar, kurczak, pomidory, ogórek, parmezan, grzanki i dressing Caesar

Zupa dnia: Zupa kakaowa

Piatek 5. września

1. Łosoś w słodko-musztardowym sosie, mieszanką warzyw i batatami
2. Pieczona noga z indyka, bataty, warzywa i sos pieczeniowy
3. Placki z czarnej fasoli, ryż, warzywa i sos pomarańczowy (v)
4. Sałatka z jajkami, boczkiem, grzankami i sosem musztardowym
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

