



mánudagur, 12. maí 2025

- 1 St. kjötbúðingur með beikonsósu, st kartöflum í timian, grænar baunir og rauðkáli. | Blaðlaukssúpa.
Meat loaf with bacon sauce, pan fried potatoes with Thyme, green beans and red cabbage | Leek soup
- 2 Kjúklingur í Tikka masala mareningu, hrisgrjón, Rótargrænmeti, jógúrt dressing, hrásalat og smábrauði. | Blaðlaukssúpa.
Chicken Tikka Masala, rice, vegetables, yogurt sauce, Coleslaw and bun | Creamy made leek soup.
- 3 Plokkfiskur (þorskur) Gratín með Osta og Bernaise sósu, hrásalati og hunangsmelóna. Smábrauð og smjör.
Fish stew gratinated with cheddar & Bernaise sauce, Coleslaw and Canary melon | Bun & butter.
- 4 Nautaburritos með salsa, sýrðum rjóma, hrisgrjónum og hrásalat. | Chia-Súkkulaðigrautur Oatly og Bananabitar.
Beef burrito with rice and coleslaw, soured cream and salsa sauce | Chia chocolate & banana oat (Oatly) smoothie
- 5 Makkarónur í ostasósu, með kjúkling, bacon, hvítlauksbrauði og Nachos flögur. | Chia-Súkkulaðigrautur Oatly og Bananabitar.
Macaroni and cheese, chicken, bacon and garlic bread, Nachos. | Chia chocolate & banana oat (Oatly) smoothie
- 6 Pólskar Pylsur með Bacon og lauk, Eggjaköku, Buffaló Blómkál, Chilly majósósu. KETO
Polish sausages with bacon & onion, scrambled eggs, Buffalo cauliflower and chilly mayonese sauce. KETO
- 7 Pizza með Pepperoni, sveppum & osti. // Pizza with Pepperoni, mushrooms & cheese.
- 8 St- Lax á salsasósu, Dalasalat, spergilkál, grænt Pestó, melóna. Blómkáls mauksúpa með rjómaosti og Parmisan. KETO.
Baked salmon with salsa, Salad, Broccoli, Green Pesto, Melon, Cauliflower soup with cream cheese & Parmisan. KETO.
- 9 Soja fiski fingur, Dalasalat, spergilkál, grænt Pestó, melóna. Blómkáls mauksúpa.
Soja fiski fingur with salsa, Salad, Broccoli, Green Pesto, Melon, Cauliflower soup.

Þriðjudagur, 13. maí 2025

- 1 Steiktur þorskur í raspi með soðnar kartöflur og dill, gulrótarsneiðar, köld hunangs-sinnepssósa, bankabyggssalat. | Kakósúpa og tvíbaka.
Breaded Cod with boiled potatoes with Dill, carrots and honey-mustard sauce and Barley salad | Cocoa soup with rusk
- 2 Þíta með nautabuffi 120gr, pítusósu, tómatar, agúrku, papríku, iceberg káli, báta kartöflur, kokteilsósu.
Pite bread with beef patty, garlic sauce, lettuce, tomatoes, cucumber & bell pepper, fried potato wedges and Icelandic sauce.
- 3 Plokkfiskur (þorskur) Gratín með Osta og Bernaise sósu, hrásalati og hunangsmelóna. Smábrauð og smjör.
Fish stew gratinated with cheddar & Bernaise sauce, Coleslaw and Canary melon | Bun & butter.
- 4 Nautaburritos með salsa, sýrðum rjóma, hrisgrjónum og hrásalat. | Chia-Súkkulaðigrautur Oatly og Bananabitar.
Beef burrito with rice and coleslaw, soured cream and salsa sauce | Chia chocolate & banana oat (Oatly) smoothie
- 5 Makkarónur í ostasósu, með kjúkling, bacon, hvítlauksbrauði og Nachos flögur. | Chia-Súkkulaðigrautur Oatly og Bananabitar.
Macaroni and cheese, chicken, bacon and garlic bread, Nachos. | Chia chocolate & banana oat (Oatly) smoothie
- 6 Pólskar Pylsur með Bacon og lauk, Eggjaköku, Buffaló Blómkál, Chilly majósósu. KETO
Polish sausages with bacon & onion, scrambled eggs, Buffalo cauliflower and chilly mayonese sauce. KETO
- 7 Pizza með Pepperoni, sveppum & osti. // Pizza with Pepperoni, mushrooms & cheese.
- 8 Indverskar grænmetisbollur og Núðlur, Soðnar nýjar Rauðröfur, Blómkál & Spergilkál, Salat, rucola, tómatar, rauðlaukur, sólblómafræ & kókosflögur.
Indian veggie balls & Noodles, boiled fresh Beetroot, Cauliflower & Broccoli, Salad, Rucola, Tomatoes, red Onion, Sun flower seed & Coconut flakes.
- 9 Indverskar grænmetisbollur og Núðlur, Soðnar nýjar Rauðröfur, Blómkál & Spergilkál, Salat, rucola, tómatar, rauðlaukur, sólblómafræ & kókosflögur.
Indian veggie balls & Noodles, boiled fresh Beetroot, Cauliflower & Broccoli, Salad, Rucola, Tomatoes, red Onion, Sun flower seed & Coconut flakes.

miðvikudagur, 14. maí 2025

- 1 Lambapottréttur, gulrætur, paprika í súrsætri sósu með hvítum hrisgrjónum, smábrauði, smjöri og sveitarsalati. | Graskerssúpa bætt með rjóma.
Lamb stew with carrots, bell pepper in sweet & sour sauce, rice, bun, butter and country salad. | Pumpkin soup with cream.
- 2 Quesadilla með kjúkling, grænmeti, osti, hrisgrjónum, jógúrtsósu, Donuts m/ Súkkulaði Mini. | Jarðaberja smoothie.
Quesdilla with chicken, rice, bell pepper, leek, cheese, yogurt sauce, Donut | Strawberry smoothie
- 3 Plokkfiskur (þorskur) Gratín með Osta og Bernaise sósu, hrásalati og hunangsmelóna. Smábrauð og smjör.
Fish stew gratinated with cheddar & Bernaise sauce, Coleslaw and Canary melon | Bun & butter.
- 4 Nautaburritos með salsa, sýrðum rjóma, hrisgrjónum og hrásalat. | Chia-Súkkulaðigrautur Oatly og Bananabitar.
Beef burrito with rice and coleslaw, soured cream and salsa sauce | Chia chocolate & banana oat (Oatly) smoothie
- 5 Makkarónur í ostasósu, með kjúkling, bacon, hvítlauksbrauði og Nachos flögur. | Chia-Súkkulaðigrautur Oatly og Bananabitar.
Macaroni and cheese, chicken, bacon and garlic bread, Nachos. | Chia chocolate & banana oat (Oatly) smoothie
- 6 Pólskar Pylsur með Bacon og lauk, Eggjaköku, Buffaló Blómkál, Chilly majósósu. KETO
Polish sausages with bacon & onion, scrambled eggs, Buffalo cauliflower and chilly mayonese sauce. KETO
- 7 Pizza með Pepperoni, sveppum & osti. // Pizza with Pepperoni, mushrooms & cheese.
- 8 Tortilla með Rjómaost, Skinku, Papríku, Rauðum laukur, rífin ost, Kotasæla, Pinto & kjúklingabauna hrisgrjónablenda, Nachos flögur, Salsasósa og Perubiti.
Tortilla with cream cheese, ham, red pepper, red onion, grated cheese, Cottage cheese, Pinto, chick peas, rice mix, Nachos, Salsa and Pear bites.
- 9 Oumph-Tortilla, Papríku, Rauðum laukur, Pinto & kjúklingabauna hrisgrjónablenda, Nachos flögur og Salsasósa.
Oumph-Tortilla, Paprika, Red Onion, Pinto & chicken bean rice mix, Nachos Flakes and Salsa Sauce.



Vika no: 20

Nr. **fimmtudagur, 15. maí 2025**

- Nætursaltaður þorskur með, gufusoðnum kartöflum, gulrótar smælki, bræddu smjöri og rúgbrauðsneið og smjör. | Brauðsúpa.
Over night salted cod with butter, potatoes, carrots, rye bread & butter | Bread soup.
- Steikarsamloka, Bernes,lauk, grænmeti, sveitakartöflur, kokteilsósa, hrásalati.
Meat sub with Bernaise, onion, bell pepper, fried potato wedges, Icelandic sauce and Coleslaw
- Plokkfiskur (þorskur) Gratín með Osta og Bernaise sósu, hrásalati og hunangsmelóna. Smábrauð og smjör.
Fish stew gratinated with cheddar & Bernaise sauce, Coleslaw and Canary melon | Bun & butter.
- Nautaburritos með salsa, sýrðum rjóma, hrísgrjónum og hrásalat. | Chia-Súkkulaðigrautur Oatly og Bananabitar.
Beef burrito with rice and coleslaw, soured cream and salsa sauce | Chia chocolate & banana oat (Oatly) smoothie
- Makkarónur í ostasósu, með kjúkling, bacon, hvítlauksbrauði og Nachos flögur. | Chia-Súkkulaðigrautur Oatly og Bananabitar.
Macaroni and cheese, chicken, bacon and garlic bread, Nachos. | Chia chocolate & banana oat (Oatly) smoothie
- Pólskar Pylsur með Bacon og lauk, Eggjaköku, Buffaló Blómkál, Chilly majósósu. KETO
Polish sausages with bacon & onion, scrambled eggs, Buffalo cauliflower and chilly mayonese sauce. KETO
- Pizza með Pepperoni, sveppum & osti. // Pizza with Pepperoni, mushrooms & cheese.
- Kjúklingaspjót-Piri-Piri. Veislusalat og rifnar gulrætur , Kartöflusalat, blandaðar baunir, hvítlauks jógurtsósa, Jónagold.
Chicken on stick Piri Piri. Salad & carrots striped , Potato salad, mixed beans, garlic yogurt sauce, appler.
- Oumph!-Piri-Piri. Veislusalat og rifnar gulrætur , Kartöflusalat, blandaðar baunir, hvítlauks sósa, Jónagold. | Núðlusúpa (Rice Vermicelli) Oumph!
Oumph!-Piri Piri. Salad & carrots striped , Potato salad, mixed beans, garlic sauce, appler. | Noodle soup (Rice Vermicelli).

Nr. **föstudagur, 16. maí 2025**

- St Kjúklingabringa Piri piri, kartöflur gljáðar með smjöri og dilli, rótagrænmeti, Hvítvíns-sinnepssósu og ávaxtasalat | Blómkálsúpa með rjómaosti |
Baked chicken breast Piri Piri, butter glazed potatoes with Dill, root vegetables, mustard sauce, fruit salad | Cauliflower soup with cream cheese | Blueberry
- Ofnbökuð Langa í Grískri Marineringu, Basmatí hrísgrjón, Tómat-karrysósa. | Focaccia Brauð.
Oven baked Ling in Greek marinade, Basmati rice, Tomato-curry sauce & fruit salad | Focaccia Bread.
- Plokkfiskur (þorskur) Gratín með Osta og Bernaise sósu, hrásalati og hunangsmelóna. Smábrauð og smjör.
Fish stew gratinated with cheddar & Bernaise sauce, Coleslaw and Canary melon | Bun & butter.
- Nautaburritos með salsa, sýrðum rjóma, hrísgrjónum og hrásalat. | Chia-Súkkulaðigrautur Oatly og Bananabitar.
Beef burrito with rice and coleslaw, soured cream and salsa sauce | Chia chocolate & banana oat (Oatly) smoothie
- Makkarónur í ostasósu, með kjúkling, bacon, hvítlauksbrauði og Nachos flögur. | Chia-Súkkulaðigrautur Oatly og Bananabitar.
Macaroni and cheese, chicken, bacon and garlic bread, Nachos. | Chia chocolate & banana oat (Oatly) smoothie
- Pólskar Pylsur með Bacon og lauk, Eggjaköku, Buffaló Blómkál, Chilly majósósu. KETO
Polish sausages with bacon & onion, scrambled eggs, Buffalo cauliflower and chilly mayonese sauce. KETO
- Pizza með Pepperoni, sveppum & osti. // Pizza with Pepperoni, mushrooms & cheese.
- St-Silungsbiti, Tómatasalat(tómatar,spínatblöð,rauðlaukur,ólífuolía), Pastaskrúfur, Rauðlaukur, 1.Egg, Blómkál, Grænmetissósa. Jónagold.
Baked Trout,Tomato salad(tomatoes,spinach,red onion,olive oil), Pasta, red onion, 1.Egg, Cauliflower, Italian sauce, apple.
- St-Tofu , Tómatasalat(tómatar,spínatblöð,rauðlaukur,ólífuolía), Pastaskrúfur, Rauðlaukur, Blómkál, Grænmetissósa. Birkirúnstykki og Smjör Naturlí Öko
Baked Tofu ,Tomato salad(tomatoes,spinach,red onion,olive oil), Pasta, red onion, Cauliflower, Italian sauce, bun and Öko Smörbar, apple. | Sweet potato

laugardagur, 17. maí 2025

- St. þorskur í raspi með steiktum lauk, soðnum kartöflum, blómkáli, remólaðisósu og fersku dalasalat. | Heitur Sveskjugrautur.
Breaded Cod with remoulade sauce, boiled potatoes, cauliflower and salad | Prune pudding
- Nautaburritos með salsa, sýrðum rjóma, hrísgrjónum og hrásalat. | Chia-Súkkulaðigrautur Oatly og Bananabitar.
Beef burrito with rice and coleslaw, soured cream and salsa sauce | Chia chocolate & banana oat (Oatly) smoothie

sunnudagur, 18. maí 2025

- Grísabógsteik með brúnni kryddsósu, sykurbrúnuðum kartöflum, broccoli blöndu og rauðkáli. | Aspássúpa bætt með rjóma.
Baked pork shoulder with pepper sauce, sugar glazed potatoes, broccoli mix and red cabbage | Creamy made asparagus soup.
- Hamborgari með osti og Bernaise-sósu, Iceberg, tómat og lauk, báta franskar, hrásalat og koktelsósa.
Hamburger with cheese, Bernaise sauce, lettuce, tomato, red onion, fried potato wedges, cabbage salad and Icelandic sauce

Pantanir: Panta þarf hádegismat fyrir kl 09:30 á mornana fyrir rétti no 01-09 Eftir kl 09:30 bara réttur no 01 í boði til kl 09:50

Orders: Lunch must be ordered before 09:30 in the morning for dishes no 01-09 After 09:30: Only dish no 01 available until 09:50

Pantanir á mat um helgar og helgidögum þarf að panta fyrir kl 13:00 á föstudegi. Réttir 01 og 02 í boði

Orders for food on weekends and public holidays: Must be ordered by 1:00 pm on Friday Dishes 01 and 02 available

Pantað er í síma 551810, eða netpöntun þarf að láta stofna aðgang þá er einnig hægt að panta fyrir vikuna

Order by phone 551810, or online order requires access to be created, then you can also order for the week