



Nr	mánudagur, 27. júlí 2026
1	Sænskar kjötbollur, kartöflumús, grænum baunum, brúnni sósu, og súrum gúrkum. Sveppasúpa. <i>Swedish meatballs, mashed potatoes, green beans, brown sauce, and pickles. Mushroom soup.</i>
2	St. Risarækjur í hvítlaukssmjöri á Tagliatelle pasta með papriku, sveppum, gulrótum, kirsuberjatómötum. Velouté-sósa og hvítlauksbrauði. <i>Large prawns in garlic butter. On tagliatelle pasta. Bell peppers, mushrooms, carrots, cherry tomatoes. Velouté sauce. Garlic bread.</i>
3	Heit samloka (þriggja laga) með skinku, osti & sósu, bátakartöflur, kokteilsósu, salati. Appelsínubátur. <i>Ham and cheese sandwich (three layers) with fried potato wedges, cabbage salad, Icelandic sauce and orange.</i>
4	Hakkað kjöt og spagetti (Bolognese) með baguettbrauði, og hrásalati. Appelsínubátur. <i>Spaghetti Bolognese with Coleslaw, Baguette bread and coldslaw Orange.</i>
5	Marineraðar Grísnæiðar(kambur), smjörgljáð mais, bakað blómkál með hvítlaukspipar, Kryddsmjör Súpa dagsins. <i>Marinated Pork Chops, Butter Glazed Corn, Baked Cauliflower with Garlic Peppers, Spiced Butter Soup of the Day.</i>
6	Bláberja Skyrskál. 560g Bláber, epli, jarðaber, banani, kókosflögur. <i>Blueberry Skyr bowl. 560g Blueberries, apples, strawberries, bananas, coconut flakes.</i>
7	Pizza með Pepperoni, sveppum & osti. // Pizza with Pepperoni, mushrooms & cheese.
8	Kjúklingaleggir. Klettasalat, gulrætur, maiskorn. Egg, blómkál, parísarkartöflur. Hvítlaukssósa. <i>Chicken legs. Rocket lettuce, carrots, corn grains. Eggs, cauliflower, Parisian potatoes. Garlic sauce.</i>
9	Vegan snitsel. Klettasalat, gulrætur, maiskorn. Blómkál, Parísarkartöflur. hvítlaukssósa. <i>Vegan snitsel. Rocket lettuce, carrots, corn grains. Cauliflower, Parisian potatoes. garlic sauce.</i>
Nr	Þriðjudagur, 28. júlí 2026
1	Thai Kjúklingaréttur með lauk, blaðlauk, paprika, kasjuhnetum, Pad Thai núðlum og egg, Baguettbrauð og ferskurAnanas. <i>Thai Chicken dish with onions, leeks, peppers, cashew nuts, Pad Thai noodles and egg, baguette bread and fresh pineapple.</i>
2	Plokkfiskur með kartöfluteningum með karry, hvítlauksbrauð og Ananasbitar. Heitur Sveskjugrautur. <i>Stew with potato cubes with curry, garlic bread and pineapple pieces. Hot prune porridge.</i>
3	Heit samloka (þriggja laga) með skinku, osti & sósu, bátakartöflur, kokteilsósu, salati. Appelsínubátur. <i>Ham and cheese sandwich (three layers) with fried potato wedges, cabbage salad, Icelandic sauce and orange.</i>
4	Hakkað kjöt og spagetti (Bolognese) með baguettbrauði, og hrásalati. Appelsínubátur. <i>Spaghetti Bolognese with Coleslaw, Baguette bread and coldslaw Orange.</i>
5	Marineraðar Grísnæiðar(kambur), smjörgljáð mais, bakað blómkál með hvítlaukspipar, Kryddsmjör Súpa dagsins. <i>Marinated Pork Chops, Butter Glazed Corn, Baked Cauliflower with Garlic Peppers, Spiced Butter Soup of the Day.</i>
6	Bláberja Skyrskál. 560g Bláber, epli, jarðaber, banani, kókosflögur. <i>Blueberry Skyr bowl. 560g Blueberries, apples, strawberries, bananas, coconut flakes.</i>
7	Pizza með Pepperoni, sveppum & osti. // Pizza with Pepperoni, mushrooms & cheese.
8	Tortillakaka,(skinka,paprika,chilli,rauðlauk), Hrisgrjón-(gulrætur, sellerý, blaðlaukur), Salsa-salat, rjómalöguð Salsasósa, Melónubiti. <i>Tortilla cake, (ham, peppers, chilli, red onion), rice-(carrots, celery, leeks), salsa-salad, creamy salsa sauce, melon pieces.</i>
9	Tortillakaka,(oumph,paprika,chilli,rauðlauk), Hrisgrjón-(gulrætur, sellerý, blaðlaukur), Salsa-salat, Salsasósa, Melónubiti. <i>Tortilla cake, (oumph, paprika, chilli, red onion), Rice-(carrots, celery, leeks), Salsa-salad, Salsa sauce, Melon pieces.</i>
Nr	miðvikudagur, 29. júlí 2026
1	Hakkað buff með kartöflumús, grænum baunum, kryddjurtarsósu, smábrauð og smjöri. Grænmetisúpa. <i>Minced meat patty with mashed potato, green beans, creamy herb sauce with bun and butter Vegteable soup.</i>
2	Bökuð Langa í Grískri Marineringu, Basmati hrisgrjón, Tómat-karrysósa. Focaccia Brauð. <i>Baked Ling in Greek marinade, Basmati rice, Tomato-curry sauce Focaccia Bread..</i>
3	Heit samloka (þriggja laga) með skinku, osti & sósu, bátakartöflur, kokteilsósu, salati. Appelsínubátur. <i>Ham and cheese sandwich (three layers) with fried potato wedges, cabbage salad, Icelandic sauce and orange.</i>
4	Hakkað kjöt og spagetti (Bolognese) með baguettbrauði, og hrásalati. Appelsínubátur. <i>Spaghetti Bolognese with Coleslaw, Baguette bread and coldslaw Orange.</i>
5	Marineraðar Grísnæiðar(kambur), smjörgljáð mais, bakað blómkál með hvítlaukspipar, Kryddsmjör Súpa dagsins. <i>Marinated Pork Chops, Butter Glazed Corn, Baked Cauliflower with Garlic Peppers, Spiced Butter Soup of the Day.</i>
6	Bláberja Skyrskál. 560g Bláber, epli, jarðaber, banani, kókosflögur. <i>Blueberry Skyr bowl. 560g Blueberries, apples, strawberries, bananas, coconut flakes.</i>
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 & Parmisan. KETO. <i>Baked salmon with salsa, Salad, Broccoli, Green Pesto, Melon, Cauliflower soup with cream cheese & Parmisan. KETO.</i>
9	St-Tófu. á salsasósu, Dalasalat, spergilkál,melóna. Blómkáls mauksúpa. <i>baked -Tofu. on salsa sauce, Dala salad, broccoli, melon. Cauliflower puree soup.</i>



Vikan no : 31

fimmtudagur, 30. júlí 2026	
1	Mexíkóskur kjúklingur, hrísgrjón-pinto,kjúklingabaunir, nachos flögum og ostasósu. Karry-kókossúpa <i>Mexican chicken, rice with Pinto beans, chickpeas, Nachos and Cheddar sauce Curry - coconut soup</i>
2	Djúpsteikt ýsuflök, st. kartöfur (salt, pipar & steinselja), hrísgrjónum, hvít Tartarsósa , hrásalati. Karry-kókos súpa. <i>Deep fried haddock with white Tartar sauce, rice, seared potatoes and cabbage Curry-coconut soup.</i>
3	Heit samloka (þriggja laga) með skinku, osti & sósu, bátakartöflur, kokteilsósu, salati. Appelsínubátur. <i>Ham and cheese sandwich (three layers) with fried potato wedges, cabbage salad, Icelandic sauce and orange.</i>
4	Hakkað kjöt og spagetti (Bolognese) með baguettbrauði, og hrásalati. Appelsínubátur. <i>Spaghetti Bolognese with Coleslaw, Baguette bread and coldslaw Orange.</i>
5	Marineraðar Grísasneiðar(kambur), smjörgljáð mais, bakað blómkál með hvítlaukspipar, Kryddsmjör Súpa dagsins. <i>Marinated Pork Chops, Butter Glazed Corn, Baked Cauliflower with Garlic Peppers, Spiced Butter Soup of the Day.</i>
6	Bláberja Skyrskál. 560g Bláber, epli, jarðaber, banani, kókosflögur. <i>Blueberry Skyr bowl. 560g Blueberries, apples, strawberries, bananas, coconut flakes.</i>
7	Pizza með Pepperoni, sveppum & osti. // Pizza with Pepperoni, mushrooms & cheese.
8	Kjúklingalæri Tandoori, bakaðr gulrætu, sumarsalat, Tómatar, Egg, hvítlaukssósa, Naan brauð. <i>Chicken Thighs Tandoori, Baked Carrot, Summer Salad, Tomatoes, Egg, Garlic Sauce, Naan Bread.</i>
9	Steikt Oump! með Tandoori, bakaðr gulrætu, sumarsalat, Melóna, hvítlaukssósa, Naan brauð. <i>Fried Oump! with tandoori, baked carrot, summer salad, melon, garlic sauce, naan bread.</i>
föstudagur, 31. júlí 2026	
1	Sítrónu kryddað Lamb, St-kartöflur salt-pipar, gulrótarteningar, sveppasósa. Aspas og kjúklinga súpa. Mokka frámas & súkkulaðikurl. <i>Lemon spiced lamb, Potato salt-pepper, carrot, mushroom sauce. Asparagus & chicken soup. Mocha, cream & chocolate.</i>
2	Léttaltaðir Þorskbítar, á Ratatouille, hvítlauksbrauð. Aspas og kjúklinga súpa. Mokka frámas & súkkulaðikurl. <i>Light salted cod with Ratatouille, garlic bread. Asparagus & chicken soup. Mokkafromasj & chocolate.</i>
3	Heit samloka (þriggja laga) með skinku, osti & sósu, bátakartöflur, kokteilsósu, salati. Appelsínubátur. <i>Ham and cheese sandwich (three layers) with fried potato wedges, cabbage salad, Icelandic sauce and orange.</i>
4	Hakkað kjöt og spagetti (Bolognese) með baguettbrauði, og hrásalati. Appelsínubátur. <i>Spaghetti Bolognese with Coleslaw, Baguette bread and coldslaw Orange.</i>
5	Marineraðar Grísasneiðar(kambur), smjörgljáð mais, bakað blómkál með hvítlaukspipar, Kryddsmjör Súpa dagsins. <i>Marinated Pork Chops, Butter Glazed Corn, Baked Cauliflower with Garlic Peppers, Spiced Butter Soup of the Day.</i>
6	Bláberja Skyrskál. 560g Bláber, epli, jarðaber, banani, kókosflögur. <i>Blueberry Skyr bowl. 560g Blueberries, apples, strawberries, bananas, coconut flakes.</i>
7	Pizza með Pepperoni, sveppum & osti. // Pizza with Pepperoni, mushrooms & cheese.
8	Kebab (kalkún) í paninibrauði, spinatblöð. Steiktir sveppir ,laukur og paprika, Kebab sósu), Sætkartöflufranskar, Kebab sósa. <i>Kebab (turkey) in panini bread, spinach leaves. Fried mushrooms, onions and peppers, Kebab sauce), Sweet potato chips, Kebab sauce.</i>
9	Kebab (Oumph") í Panini brauði spinatblöð. St- sveppir, laukur og paprika, Sætkartöflufranskar, Kebab sósa. <i>Kebab (Oumph") in Panini bread, spinach leaves. Fried mushrooms, onions and peppers. Sweet potato chips, Kebab sauce.</i>
laugardagur, 1. ágúst 2026	
1	St. Toskana bollur (Grís & naut). Grænar-baunir, Estragonsósa. Franskar sætkartöflur, smábrauð og smjör. <i>Fr. Tuscany buns (Pig & bull). Green beans, Tarragon sauce. French sweet potatoes, small bread and butter.</i>
2	Suðrænn Saltfiskur Ratatouille, hrísgrjónum og smábrauð Mexíkósk papriku súpa. <i>Southern salted cod with Ratatouille, rice, small bread Mexican Paprika Soup.</i>
sunnudagur, 2. ágúst 2026	
1	Reyktur Grísakambur (gljáður). St-kartöflum, blómkáli, sveppa-púrtvínssósu. Eplasalat í ávaxtasafa. Ítölsk Lauksúpa. <i>Smoked pork combs (glazed), St-potatoes, cauliflower, mushroom-port wine sauce. Apple salad in fruit juice. Italian onion soup.</i>
2	Hakkað kjöt og spagetti (Bolognese) með baguettbrauði, og hrásalati. Appelsínubátur. <i>Spaghetti Bolognese with Coleslaw, Baguette bread and coldslaw Orange.</i>
Pantanir: Panta þarf hádegismat fyrir kl 09:00 á morgnana fyrir rétti no 01-09, lágmark 3 matar. Orders: Lunch must be ordered before 09:00 in the morning for meals no 01-09, minimum 3 meals. 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 Meals 01 and 02 available Pantað er í síma 551810, eða netþöntun 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 matseðill á ensku	