

Fyrirtækjapjónusta Kokkanna
Matseðill vikunnar 12. – 16. febrúar

Mánudagur – Monday

Aspassúpa – asparagus soup (M,G)
Salat dagsins – Salad of the day: Rauðrófur – beetroot (V)
Steiktar fiskibollur að hætti mömmu með karrý sósu og hrísgrjónum (M,G,E)
Fried fish balls with curry sauce and rice (M,G,E)

Þriðjudagur - Tuesday

Íslensk baunasúpa – Classic Icelandic bean soup
Saltkjöt og baunir tókall
Salted meat with vegetables and beans

Miðvikudagur – Wednesday

Brokkólísúpa – Broccoli soup (M,G)
Salat dagsins - Salad of the day: Blómkál – Cauliflower (V)
Harissa krydduð bleikja með ananassalsa og steiktum kartöflum
Harissa spiced trout with pineapple salsa and roasted potatoes

Fimmtudagur - Thursday

Ristuð blómkálssúpa – Roasted cauliflower soup (V)
Lambalæri með rótargrænmeti, kartöflugratíni og kryddjurtarsoðsósu (M)
Leg of lamb with root vegetables, potato gratin and herb gravy (M)

Föstudagur - Friday

Eftirréttur – Dessert (M,G,E,H)
“Pulled pork” samloka með sýrðu rauðkáli, "spicy mæjó" ásamt bátum og kokteilsósu
(G,M,E)
Pulled pork sandwich with pickled red cabbage, spicy mayo, potato wedges and
cocktailsauce (G,M,E)

Innihaldslýsingar – Ingredients

Í eldhúsi Kokkanna er notuð hráefni sem geta valdið ofnæmi eins og hnetur, mjólk, egg, baunir og ýmiskonar fræ. Allir kraftar sem eru notaðir eru án MSG.

In our kitchen we use products that can cause allergy such as peanuts, milk products, eggs, beans and seeds. All our stocks are MSG free.

Mánudagur – Monday

Súpa - soup: Vatn, aspás, **Jurtarjóni:** [Súrmjólk, full hert páлмаоlía, rjóni 6%, páлмаоlía, súrmjólkurduft, ýruefni(E 472b, E 475, E 435, E471, E 433), bindiefni(E 410, E 407), D-vítamín, salt, litarefni(E 160a)], **Grænmetiskraftur:** [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilheiti, grænmeti(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%),

Sellerý, bakaður laukur, nípa), ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf], Kjúklíngakraftur: [Salt, maltodextrín, ger, bragðefni, kjúklíngakjöt(2,7%), kjúklíngafita(2%), laukur, laukduft, sykur, krydd, kryddefni, rósmarínþykkni], **hveiti,** krydd

Aðalréttur – main course: Fiskibollur : [Ýsa, kartöflumjöl, laukur, hvítlaukur, **egg, hveiti**], **Jurtarjóni:** [Súrmjólk, full hert páлмаоlía, rjóni 6%, páлмаоlía, súrmjólkurduft, ýruefni(E 472b, E 475, E 435, E471, E 433), bindiefni(E 410, E 407), D-vítamín, salt, litarefni(E 160a)], kjúklíngakraftur [Salt, maltodextrín, ger, bragðefni, kjúklíngakjöt(2,7%), kjúklíngafita(2%), laukur, laukduft, sykur, krydd, kryddefni, rósmarínþykkni], karrý, hrísgrjón, repjuolía, krydd, salt, pipar

Brauð - bread: Hveiti, vatn, ger, salt - flour, water, yeast, salt

Þriðjudagur – Tuesday

Súpa - soup: Vatn, gular baunir, grænmeti, kjúklíngakraftur [Salt, maltodextrín, ger, bragðefni, kjúklíngakjöt(2,7%), kjúklíngafita(2%), laukur, laukduft, sykur, krydd, kryddefni, rósmarínþykkni], beikon [Grísakjöt 90%, vatn, salt, repjuolía, glúkósasíróp, kryddbragðefni, rotvarnarefni E250, þráarvarnarefni E301, bindiefni E450/451], lambasoð

Aðalréttur – main course: Saltkjöt [lambakjöt, salt], grænmeti, kartöflur

Brauð - bread: Hveiti, vatn, ger, salt - flour, water, yeast, salt

Miðvikudagur - Wednesday

Súpa- soup: Vatn, brokkólí, **jurtarjóni** [Súrmjólk, full hert páлмаоlía, rjóni 6%, páлмаоlía, súrmjólkurduft, ýruefni(E 472b, E 475, E 435, E471, E 433), bindiefni(E 410, E 407), D-vítamín, salt, litarefni(E 160a)], kjúklíngakraftur[Salt, maltodextrín, ger, bragðefni, kjúklíngakjöt(2,7%), kjúklíngafita(2%), laukur, laukduft, sykur, krydd, kryddefni, rósmarínþykkni], **grænmetiskraftur** [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilheiti, grænmeti(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%),

Sellerý, bakaður laukur, nípa), ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf.], **hveiti, olía,** krydd

Aðalréttur – main course Bleikja, harissa kryddblanda(chilipipar, cumín fræ, koriander fræ, kúmen fræ, hvítlaukur, reykt paprika, salt), ananas, kóriander, sykur, krydd, kartöflur, repjuolía, salt, pipar

Brauð - bread: Hveiti, vatn, ger, salt - flour, water, yeast, salt

Fimmtudagur - Thursday

Súpa - soup: Vatn, jurtarjóni [Vatn, fullhert páлмаоlía, glúkósýróp, hleypiefni (E435; E471; E475), sterkja, bindiefni (E464; E466), salt, bragðefni], blómkál, **grænmetiskraftur** [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilheiti, grænmeti(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), **Sellerý,** bakaður laukur, nípa), ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf], repjuolía, krydd, salt, pipar

Aðalréttur – main course Lamb, hvítlaukur, grænmeti, Jurtarjóni [Súrmjólk, full hert páлмаоlía, rjóni 6%, páлмаоlía, súrmjólkurduft, ýruefni(E 472b, E 475, E 435, E471, E 433), bindiefni(E 410, E 407), D-vítamín, salt, litarefni(E 160a)], rjóni, ostur, Nautakraftur: [Salt, þurrkað glúkós sýróp, náttúrlæg bragðefni, nautafita (5%), nautakjötsþykkni (3%), laukduft, krydd, bragðefni, rósmarínþykkni], kartöflurgratín [Kartöflur 59%, NÝMJÓLK, jurtarjóni (SÚRMJÓLK, páлмаоlía hert að hluta, RJÓMI, SÚRMJÓLKURduft, ýruefni (E472b, E475, E435, E471, E433), bindiefni (E410, E407), D- vítamín, salt, litarefni (E160a)), vatn, SMJÖR (RJÓMI, salt), smurostur með papríku 2,1% (OSTUR, SMJÖR, paprika, bræðslusölt (E331, E452), rotvarnarefni (E202)), umbreytt maíssterkja (E1422), kjúklíngakraftur (joðsalt, bragðaukandi efni (E621, E635), nautafita, kjúklíngafita, kjúklíngakjötduft, krydd (SOJA), bragðefni, salt, krydd, gerþykkni, maltóðextrín, páлма- og kókosfita fullhertar, sykur, þráarvarnarefni (E320, E392)), hvítlaufsflögur 0,3%, salt, ýruefni (E472e)]

Brauð - bread: Hveiti, vatn, ger, salt - flour, water, yeast, salt

Föstudagur - Friday

Aðalréttur – Rifið svínakjöt, kartöflubátar, **BBQ:** [Háfrúktósa kornsíróp, eimað edik, tómatmáuk, umbreytt maíssterkja, salt, ananasþykkni, reykbragðefni SF-005, krydd, karamellulítur E-150d, mólmassi, rotvarnarefni E-211, hvítlaukur, **sinnepsduft,** kornsíróp, sykur, Tamarind **SOJA,** náttúrlæg bragðefni, **sellerífræ.**], rauðkál, edik, **sinepsfræ,** krydd **Hamborgarbrauð:** [HVEITI, kartöflur 17%, **EGG,** sykur, repjuolía, ger, vatn, gljái (vatn, sólblómaolía, grænmetisprótein (bauna, kartöflu, bóndabauna), þrúgusykur, maltóðextrín, sterkja), **HVEITIGLÚTEN,** maíssterkja, salt, ýruefni (E471, E481), mjölmeðhöndlunarefni (E300).], kartöflur, hvítkál, gulrætur

(S) Soya - (M) - Mjólk (G) - Glúten (E) – Egg (H) – Hnetur - (V) - Vegan