

Fyrirtækjaþjónusta Kokkanna

Vegan réttir – vegan courses 1. – 5. apríl

Mánudagur – Monday

Lokað

Þriðjudagur - Tuesday

Grænmetis „Ragu“ með sveppum, spínati, nýrna baunum
og lauk ásamt hrísgrjónum

Vegetable ragu with mushrooms, spinach, kidney beans and onion with rice

Miðvikudagur – Wednesday

Ristað blómkál á hummus með hrísgrjónum og mango-jallabenjo sósu (S)
Veggie tots with rice and sesam-soy sauce (S)

Fimmtudagur – Thursday

Svartbaunasteik með villisveppasósu, sætum kartöflum og mais (H)

Blackbeansteak with wild mushroom sauce, sweet potatoes and sweet corn (H)

Föstudagur – Friday

Taco skeljar og soft taco með vegan hakki og salsa (S,G)

Taco shells and soft taco with vegan mincemeat and salsa (S,G)

(G) – Glúten/Gluten (H) – Hnetur/Peanuts (S)- Soyja/Soya

Vinsamlegast athugið að við notum mikinn lauk og hvítlauk í okkar vegan rétti
Please note that we use a lot of onion and garlic for our vegan courses

Innihaldslýsingar – Ingredients descriptions

Í eldhúsi Kokkanna eru 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

Lokað

Þriðjudagur – Tuesday

Sveppir, nýrnabaunir, tómatur, kókosmjólk, hrísgrjón, laukur, gulrót, nipa, spínat, **grænmetiskraftur** [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilvæiti, grænmeti(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), **sellerí**, bakaður laukur, nipa), ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf], hvítlaukur, salt, pipar og krydd.

Miðvikudagur – Wednesday

Blómkál [Blómkál, vatn, sterkja, laukur, sólblómaolía], sósa [vatn, sykur, appelsínusafi, mangó purée 5,6%, jalapeno chili 4,4%, gulrót, mais sterkja, salt, tómatur purée, rauðvínsedik, edik, hvítlaukur, laukur, túrmerik, mangó lyktarefni, sýra (E330), andoxunarefni (E300), rotvarnarefni (E415, E202, E211)], og hrísgrjón

Fimmtudagur – Thursday

Svartar baunir, sveppir, **kasjúhnetur**, sætar kartöflur, villisveppir, kókosmjólk, gulrætur, **grænmetiskraftur**: [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilvæiti, grænmeti(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), **sellerí**, bakaður laukur, nipa), ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf], salt og pipar

Föstudagur – Friday

Vegan **hakk** [vatn, **soja prótein** (26%), repjuolía, laukur, salt, krydd, náttúruleg bragðefni, brendur sykur], tómatur, taco skeljar [Mais hveiti (74%)], **tortillur** [**Hveiti**, vatn, repjuolía, glycerine, pálmáfita, sykur, salt, lyftiefni (E450i, E500ii), rotvarnarefni (E296), bindiefni (E471), rotvarnarefni (E412, E466, E202, E282)], sólblómaolía, salt], salsa sósa [Tómatar, tómaturpúrri (tómaturþykkni, vatn), laukur, jalapeno, tómatasafi, vatn, grænn chili, minna en 2% salt, edik, hvítlaukur, kalsíum klórið, sítrussýra, xanthan gúmmi, paprika, krydd], grænmeti, krydd, repjuolía, salt og pipar

(G) – Glúten/Gluten (H) – Hnetur/Peanuts (S) - Soyja/Soya

Vinsamlegast athugið að við notum mikinn lauk og hvítlauk í okkar vegan rétti
Please note that we use a lot of onion and garlic for our vegan courses