

Fyrirtækjaþjónusta Kokkanna

Vegan réttir – vegan courses

29. júlí – 2. ágúst 2024

Mánudagur – Monday

Tofu í teriyaki ásamt hrísgrjónum (S)

Tofu in teriyaki served with rice (S)

Þriðjudagur - Tuesday

Grænmetis thai karrý með baunum og grænmeti

Vegetable thai curry with beans and vegetables

Miðvikudagur – Wednesday

Brokkólígratín – Ostagrátínerað sætkartöflu- og baunamauk með brokkólí bitum

Broccoli au gratin – Mashed sweet potatoes and beans with broccoli bites and cheese

Fimmtudagur – Thursday

Bakað “Brick” með steiktu hvítkáli, gulrótum, rófum, kjúklingabaunum, sætum kartöflum, paprika og spínati ásamt mangó-, karrý- og kókossósu (G)

Baked Brick with fried white cabbage, carrots, swede, chickpeas, sweet potatoes, bell pepper and spinach served with mango-, curry- and coconut sauce (G)

Föstudagur – Friday

Krispí jackfruit borgari með rauðkálshrásalati ásamt kartöflubátum og kokteilsósu (G)

Crispy jackfruit burger with red cabbage coleslaw served with potato wedges and cocktailsauce (G)

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

Vinsamlegast athugið að 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 – Ingredient's 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

Tofu [SOJAbauinir (70%), vatn, steinefnasalt (nigari)], **teriyaki** [sojasósa (sojabauinir, hveiti, vatn, salt), sykur, síróp, engifer safi, eplasafi, hrísgrónavín, maizena, edik, **sesamolía**, hvítlaukur, engifer, laukur, (E330), (E415), (E202), (E211)], **sesam fræ**, hrísgrjón, grænmeti, repjuolía, krydd, salt, pipar

Priðjudagur - Tuesday

Grænmeti, karrý, svartar baunir, kjúklingabaunir, kókosmjólk, **grænmetiskraftur** [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilhveiti, **grænmeti**(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), **Sellerý**, bakaður laukur, nípa), ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf], krydd, olía, **cous cous** [durum hveiti, vatn]

Miðvikudagur – Wednesday

Brokkólí, sætar kartöflur, kjúklingabaunur, svartar baunir, nýrnabaunir, Vegan rjómi: [Vatn, fullhert pálmaolía, glúkóssýróp, hleypiefni (E435; E471; E475), sterkja, bindiefni (E464; E466), salt, bragðefni], kartöflur, vegan ostur: [Vatn. Kókosolía (24%), umbreytt sterkja, Sterkja, Sjávarsalt, Bragðefni; ólífu Extract, litarefni; B-karótín, Vítamín B12], hvítlaukur, salt, pipar, krydd.

Fimmtudagur – Thursday

Kjúklingabaunir, rófur, gulrót, hvítkál, sætar kartöflur, paprika, spínat, mango, kókosmjólk, kartöflur, Karry: [túrmerik, kóríander, dillfræ, múskat, eldpipar], **Grænmetiskraftur**: [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilhveiti, **grænmeti**(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), **Sellerý**, bakaður laukur, nípa), ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf], **hveiti**, olía vatn, hvítlaukur, salt, pipar, vatn

Föstudagur – Friday

Jackfruit borgari [Jakaber 56%, **hveiti**, **sojaolía**, maismjöl, tapíóka sterkja, sykur, hvítlauksduft, laukduft, ger, salt, lyftiduft, kryddjurtir, krydd, chiliduft, túrmerik, hvítur pipar, glúkósi], **hamborgarabrauð** [**hveiti**, vatn, **sesamfræ**, sykur, repjuolía, ger, **hveitiglúten**, salt, ýruefni (E481), mjölmeðhöndlunarefni (E300).], rauðkál, grænmeti, **majónes** [repjuolía, vatn, sykur, umbreytt kartöflusterkja, salt, **sinnep**(vatn, edik, sykur, **sinnepsfræ**, salt, krydd, bragðefni), **sinnepsduft**, krydd, rotvarnarefi (E202, E211, E260), bindiefni (E415), sýra (E330), litarefni (E160a)], krydd, salt, pipar

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

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