

## Fyrirtækjaþjónusta Kokkanna

### Vegan réttir – vegan courses

16. – 20. September 2024

#### Mánudagur – Monday

Vorrúllur fylltar með núðlum, grænmeti og baunum ásamt hrísgrjónum, steiktu hvítkáli og mangó jalapeno sósu (G)

Spring rolls filled with noodles, vegetables and peas served with rice, fried white cabbage and mango jalapeno sauce (G)

#### Þriðjudagur – Tuesday

Blómkáls- og möndlubuff með hrísgrjónum og dressingu  
Cauliflower- and almond rissole served with rice and dressing

#### Miðvikudagur – Wednesday

Spínat lasagna með pestói (G,H)  
Spinach lasagna with pesto (G,H)

#### Fimmtudagur – Thursday

Grænmetisbollur með sætkartöflumús og kaldri dressingu  
Veggie tots with mashed sweet potatoes and cold dressing

#### Föstudagur – Friday

Vegan borgari með grænmeti, laukhringjum og salsa (G,S)  
Vegan burger with vegetables, onion rings and salsa sauce (G,S)

(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 – Ingredients descriptions

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

**Vorrúllur** [Vorlaukur, gulrætur, laukur, núðlur (mung baunir, grænar baunir, vatn), sveppir, sojabauna olía, sykur, kartöflusterkja, **sesam olía**, **hveiti**, maissterkja, vatn, salt], sósa [vatn, sykur, appelsínusafi, mangó purée 5,6%, jalapeno chili 4,4%, gulrót, mais sterkja, salt, tómát purée, rauðvínsedik, edik, hvítlaukur, laukur, túrmerik, mangó lyktarefni, sýra (E330), andoxunarefni (E300), rotvarnarefni (E415, E202, E211)], repjuolía, krydd, salt, pipar

### Þriðjudagur – Tuesday

Kjúklingabaunir, blómkál, möndlur, hrísgrjón, **majónes** [Repjuolía, vatn, sykur, salt, krydd, **sinnepsduft**, bindiefni (E412, E415), sýra (E260, E330), rotvarnarefni (E202, E211)], **grænmetiskraftur** [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilhveiti, grænmeti(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), **Sellerý**, bakaður laukur, nípa), ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf], rôtargrænmeti, krydd, repjuolía, salt, pipar

### Miðvikudagur - Wednesday

Kartöflur, tómatur, kókosmjólk, **lasagnablöð** [**durum hveiti**], spínat, laukur, cayenne pipar, basil, **cahew hnetur**, ólífuolía, hvítlaukur, krydd, salt, pipar

### Fimmtudagur – Thursday

**Vegan Réttur**: kartöflur, grænar baunir, mais, gulrætur, laukur, sætar kartöflur, sósa [vatn, sykur, appelsínusafi, mangó purée 5,6%, jalapeno chili 4,4%, gulrót, mais sterkja, salt, tómát purée, rauðvínsedik, edik, hvítlaukur, laukur, túrmerik, mangó lyktarefni, sýra (E330), andoxunarefni (E300), rotvarnarefni (E415, E202, E211)], grænmeti, salt, krydd

### Föstudagur – Friday

**Vegan burger**(Vatn, **SOJAPRÓTEIN**, repjuolía, laukur, krydd (þ pipar), salt, hvítlaukur, tómatar, ertrefjar, ertasterkja, náttúruleg bragðefni, karamellaður sykur, stöðugleikaefni (metýlsellulósa). **hamborgarabrauð**(**HVEITI**, vatn, **SESAMFRÆ**, sykur, repjuolía, ger, **HVEITIGLÚTEN**, salt, ýruefni (E481), mjölmeðhöndlunarefni (E300). ostur [Vatn, kókosolía (23%), umbreytt sterkja, sterkja, sjávarsalt, bragðefni, ólífuextrakt, litarefni (beta karotín), B12 vítamín], **Kartöflubátar** [kartöflur, **hveiti**, salt, sterkja, Krydd(svartur pipar, chili pipar, cayenne, hvítlauks duft, laukduft,(E450, E500), ger, sólblómaolía], **hamborgarasósa** [Repjuolía, vatn, sykur, tómátþykkni, edik, **sinnepsmjöl**, **krydd** (inniheldur **sellerí** og **súlfit**), salt, umbreytt sterkja, bindiefni (E410, E412, E401, E415), rotvarnarefni (E202, E211, E260, E270)], repjuolía, krydd, salt, pipar