

Fyrirtækjaþjónusta Kokkanna
Vegan réttir – vegan courses
30. september – 4. október 2024

Mánudagur – Monday

Grænmetis thai karrý með baunum og grænmeti
Vegetable thai curry with beans and vegetables

Þriðjudagur - Tuesday

Spaghetti og vegan bolognese með hrásalati (S,G)
Spaghetti and vegan Bolognese with coleslaw (S,G)

Miðvikudagur – Wednesday

Bakað brokkolí með hummus og linsubaunum ásamt dressing
Roasted broccoli with hummus and lentils served with dressing

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

Soft taco með krispý "ekki kjúkling", hvítkálssalati, hot sauce og dressingu (G,S)
Soft taco with "not chicken", white cabbage, hot sauce and dressing (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 – 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

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

Priðjudagur - Tuesday

Spaghetti [durum hveiti, vatn], **vegan hakk** [Vatn, **sojaprótein**, repjuolía, laukur, salt, krydd, náttúrulegt bragðefni, karamelliseraður sykur], tómatur, laukur, hvítlaukur, **grænmetiskraftur** [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilheiti, **grænmeti**(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), **Sellery**, bakaður laukur, nípa), ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf], grænmeti, krydd, salt, pipar

Miðvikudagur – Wednesday

Brokkólí, kjúklingabaunir, **tahini** [**sesam**], hvítlaukur, linsubaunir, ólífuolía, **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

Fimmtudagur – Thursday

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

Föstudagur – Friday

Tortillur [**Hveiti**, vatn, repjuolía, glycerine, pálmafita, sykur, salt, lyftiefni (E450i, E500ii), rotvarnarefni (E296), bindiefni (E471), rotvarnarefni (E412, E466, E202, E282)], **ekki kjúklingur** [Vatn, **sojaprótein duft**, repjuolía, ilmefni, salt, maltoextrakt, grænmeti (laukur, gulrætur, tómatur), sykur], hvítkál, gulrætur, grænmeti, **hot sauce** [Cayenne piparósa, (þroskaður Cayenne pipar, eimað edik, salt, þurrkaður hvítlaukur), vatn, **smjörlíki** (**soyabaunir**, hert **soyaolía**, vatn, salt, ein- og tvíglýserið, **soyaelasítín**, E-211, E-160a), sykur, salt, paprika, xanthan gum, litarefni, þurrkaður hvítlauku, E-211, krydd, E-401, E-385], **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