

Fyrirtækjaþjónusta Kokkanna

Vegan matseðill vikunnar 18. – 22. nóvember

Mánudagur – Monday

Sætkartöflu, papriku og baunabollur með madras karrýsösu ásamt hrísgrjónum
Sweet potato-, bell pepper- and bean balls with madras curry sauce served with rice

Þriðjudagur - Tuesday

"Ekki kjúklingur" í sósu með basil, timian og sólþurrkuðum tómötum ásamt hrísgrjónum
(S)

"Not chicken" in sauce with basil, thyme and sundried tomatoes served with rice (S)

Miðvikudagur – Wednesday

Enchilada með tómát, baunasalati og osti ásamt bulgur salati (G)

Enchilada with tomato, beansalad and cheese served with bulgur salad (G)

Fimmtudagur – Thursday

Grænmetis massaman karrý með hrísgrjónum

Vegetable massaman curry with rice

Föstudagur – Friday

"Ekki Kjúklingaborgari" með kóreskri BBQ sósu og kimchi hrásalati ásamt rösti
kartöflum (S,G)

"Not chicken" burger with Korean BBQ sauce and kimchi coleslaw served rösti potatoes
(S,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 – 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

Sætar kartöflur, paprika, baunir, tómatar, laukur, hvítlaukur, kókosmjólk, **grænmetiskraftur** [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilhveiti, **grænmeti**(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), **sellerí**, bakaður laukur, nípa), ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf], hrísgrjón, krydd, salt, pipar

Þriðjudagur - Tuesday

"**Ekki kjúklingur**" [Vatn, **sojaprótein duft**, repjuolía, ilmefni, salt, maltoextrakt, grænmeti (laukur, gulrætur, tómatar), sykur], jurtarjóni [Vatn, fullhert pálmaolía, glúkóssýróp, hleypiefni (E435; E471; E475), sterkja, bindiefni (E464; E466), salt, bragðefni] **grænmetiskraftur** [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilhveiti, **grænmeti**(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), **Sellerý**, bakaður laukur, nípa), ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf], basil, timian, sólþurrkaðir tómatar [þurrkaðir tómatar, sólblómaolía, basil, steinselja, vínsedik, salt, sykur, krydd, bragðefni, sítrónusýra (E330)], hrísgrjón, krydd, salt, pipar

Miðvikudagur - Wednesday

Tortillur [**Hveiti**, vatn, repjuolía, glycerine, pálmafita, sykur, salt, lyftiefni (E450i, E500ii), rotvarnarefni (E296), bindiefni (E471), rotvarnarefni (E412, E466, E202, E282)], tómatar, **grænmetiskraftur** [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilhveiti, grænmeti(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), **Sellerý**, bakaður laukur, nípa), ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf], vegan ostur [Vatn, fullhert pálmaolía, glúkóssýróp, hleypiefni (E435; E471; E475), sterkja, bindiefni (E464; E466), salt, bragðefni], grænmeti, svartarbaunir, nýrnabaunir

Fimmtudagur – Thursday

Sætar kartöflur, massaman karrý [Tómatar, rauður chili, hvítlaukur, skarlottu laukur, salt, sítrónugras, kúmen, kóríanderfræ, engifer], kjúklingabaunir, strengjabaunir, laukur, hrígrjón

Föstudagur – Friday

Hamborgarabrauð [**HVEITI**, vatn, **SESAMFRÆ**, sykur, repjuolía, ger, HVEITIGLÚTEN, salt, ýruefni (E481), mjölmeðhöndlunarefni (E300).], "**ekki kjúklingaborgari**" [Vatn, raspur 18% (cornflakes (mais, salt, sykur), mais **hveiti**, mais sterkja, kartöflusterkja, xanthan gum), **soja prótein** 14 %, sólkjarnaolía, hafrakjarnar, salt, náttúruleg bragðefni, methyl cellulose, maltodextrin], **bbq sósa** [sykur, edik, **sojasósa**(vatn, **hveiti**, **sojabaunir**, salt, rotvarnarefni), gochujang pipar mauk (vatn, sykur, chili duft, gerjað **sojabaunamauk** (vatn, **sojabaunir**, hrísgrjónum, salt, alkohól), perumauk, salt, sake [vatn, hrísgrjón, koji, salt), laukduft, hvítlauksduft, ger, hrísgrjónaedik, **sesamolía**, paprikuduft, maissena), vatn, púðursykur, chili hvítlaukssósa (chili, hvítlaukur, sykur, hrísgrjónaedik, vatn, maissena, sýra), **sesamolía**, rotvarnarefni, **bragðefni (sellerý)**], hvítkál, kimchi, **majónes** [Repjuolía, vatn, sykur, salt, krydd, **sinnepsduft**, bindiefni (E412, E415), sýra (E260, E330), rotvarnarefni (E202, E211)], rösti kartöflum [kartöflur, sólkjarnaolía, sterkja, laukur, kartöfluflogur, salt, baunaduft, bragðefni, pipar]

