

Fyrirtækjaþjónusta Kokkanna

Vegan matseðill vikunnar 31.Mars – 4.April

Mánudagur – Monday

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

Þriðjudagur - Tuesday

Vegan kjúklingur shawarma með steiktum hrísgrjónum (S,G)
Vegan chicken shawarma with fried rice (S,G)

Miðvikudagur – Wednesday

Enchilada með tómát, baunasalati og osti ásamt bulgur salati (G)
Enchilada with tomato, bean salad and cheese served with bulgur salad (G)

Fimmtudagur – Thursday

Grænmetis Massaman karrý með hrísgrjónum
Vegetable Massaman curry with rice

Föstudagur – Friday

Hamborgari með Chili sin carne og nachos (S,G)
Hamburger with Chili sin carne with nachos

(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 allergies 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

Penne pasta "**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), mjólmeðhöndlunarefni (E300).], "Spaggetti [durum hveiti, vatn], vegan hakk [Vatn, **sojaprótein**, repjuolía, laukur, salt, krydd, náttúrulegt bragðefni, karamelliseraður sykur], tómatar, laukur, hvítlaukur, grænmetiskraftur [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilhveiti, grænmeti(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), **Sellerý**, bakaður laukur, nípa), ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf], grænmeti, krydd, salt, pipar