

Fyrirtækjapjónusta Kokkanna
Matseðill vikunnar 14. – 18.Júlí

Mánudagur – Monday

Tómatsúpa – Tomato soup (V)
Plokkfiskur með rúgbrauði og salati (M,G,)
Fish stew with ryebread and salad (M,G,)

Þriðjudagur - Tuesday

Gulrótar- og engifer súpa – Carrot- and ginger soup (V)
Penne pasta með kremaðri sveppa sósu, kjúkling, beikon og hvítlauksbrauði (M,G,E)
Penne pasta with creamy mushroom sauce, chicken, bacon and garlic bread (M,G,E)

Miðvikudagur – Wednesday

Brokkolísúpa – Broccoli soup (M,G)
Salat dagsins - Salad of the day: Blómkál – Cauliflower (V)
Steiktur fiskur með remúlaði, soðnum katöflum og súrm gúrkum (G,ME)
Fried fish with remoulade, boiled potatoes and pickled cucumber G,E,M)

Fimmtudagur - Thursday

Ristuð blómkálssúpa – Roasted cauliflower soup (V)
Indverskur "Butter chicken" með "Bombay" kartöflum og naan brauði
Indian Butter chicken with Bombay potatoes and naan bread

Föstudagur - Friday

Eftirréttur – Dessert (M,G,E,H)
Píta með hakki, grænmeti, pítusósu, feta osti, salati ásamt Pik-Nik (G,M,E)
Pita with minced beef, pita sauce, feta, salad and Pik-Nik (G,M,E)

Innihaldslýsingar – Ingredients

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.

Mánudagur – Monday

Súpa - soup: Vatn, tómatur, **grænmetiskraftur** [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilheiti, grænmeti(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), **Sellerý**, bakaður laukur, nípa), ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf], basil, laukur, hvítlaukur, krydd, salt, pipar
Aðalréttur Ysa, mjólk, olía, hveiti, kartöflur, laukur Rúgbrauð: Rúgur, púðursykur, vatn, rúgsigtimjöl, maltextrakt, ger, salt
Brauð - bread: Hveiti, vatn, ger, salt- **flour**, water, yeast, salt

Þriðjudagur – Tuesday

Súpa - soup: Vatn, gulrætur, engifer, Grænmetiskraftur: [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilheiti, grænmeti(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), **Sellerý**, bakaður laukur, nípa), ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf], kókosmjólk, grænmedi, krydd, **Aðalréttur – main course:** Pasta, Kjúklingur, **Jurtarjóni** [Súrmjólk, full hert pálmaolía, rjóni 6%, pálmaolía, **súrmjólkurduft**, ýruefni(E 472b, E 475, E 435, E471, E 433), bindiefni(E 410, E 407), D-vítamín, salt, litarefni(E 160a)], kjúklingakraftur [Salt, maltodextrín, ger, bragðefni, kjúkklingakjöt(2,7%), kjúklingafita(2%), laukur, laukduft, sykur, krydd, kryddefni, rósmarínþykkni], basil, **parmesan** [gerilsneidd mjólk, salt, ostahleypir, rotvarnarefni E1105 (egg)], sólþurrkaðir tómatar [þurrkaðir tómatar, sólblómaolía, basil, steinselja, vinsedik, salt, sykur, krydd, bragðefni, sítrónusýra (E330)], hrísgrjón, hvítlaukur, krydd, salt, pipar, hveiti, beikon

Brauð - bread: Hveiti, vatn, ger, salt - **flour**, water, yeast, salt

Miðvikudagur - Wednesday

Súpa - soup: Vatn, brokkólí, **jurtarjóni** [Súrmjólk, full hert pálmaolía, rjóni 6%, pálmaolía, **súrmjólkurduft**, ýruefni(E 472b, E 475, E 435, E471, E 433), bindiefni(E 410, E 407), D-vítamín, salt, litarefni(E 160a)], kjúklingakraftur [Salt, maltodextrín, ger, bragðefni, kjúkklingakjöt(2,7%), kjúklingafita(2%), laukur, laukduft, sykur, krydd, kryddefni, rósmarínþykkni], **grænmetiskraftur** [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilheiti, grænmeti(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), **Sellerý**, bakaður laukur, nípa), ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf], **hveiti**, olía, krydd
Aðalréttur – main course. Ysa, **hveiti**, **raspur** [Hveiti, salt, sykur, smjörlíki (repjuolía, kókosolía, pálmkjarnaolía, vatn, salt, bindiefni (E322 úr sólblómum, E471, E475), bragðefni, litarefni (E160a)), ger, **ristað hveiti**, hveitiklíð, bindiefni (E472e, E471, E481), mjölmeðhöndlunarefni (E300), gæti innihaldið snefil af sesam], krydd, kartöflur, laukur, **majónes** [Repjuolía, vatn, **eggjarauður**, sykur, salt, krydd, **sinnepsduft**, bindiefni (E412, E415), sýra (E260, E330), rotvarnarefni (E202, E211)], remúpúrur [vatn, blómkál, hvítkál, sykur, edik, hveiti, agúrka, **sinnepsduft**, laukur, krydd, salt, umbreytt sterkja, E296, E202]

Fimmtudagur - Thursday

Súpa - soup: Vatn, jurtarjóni [Vatn, fullhert pálmaolía, glúkóssýróp, hleypiefni (E435; E471; E475), sterkja, bindiefni (E464; E466), salt, bragðefni], blómkál, **grænmetiskraftur** [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilheiti, grænmeti(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), **Sellerý**, bakaður laukur, nípa), ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf], repjuolía, krydd, salt, pipar
Aðalréttur – main course Nautakjöt, kartöflur, krydd, Nautakraftur: [Salt, þurrkað glúkós sýróp, náttúrlæg bragðefni, nautafita (5%), nautakjötsþykkni (3%), laukduft, krydd, bragðefni, rósmarínþykkni], krydd, hvítlaukur, grænmeti, **Smjör: [Rjóni, salt]**

Sýrður rjóni: [Undanrenna og rjóni, sýrður með mjólkursýrugerlum, gelatín, ostahleypir], hvítlaukur, laukur, krydd **Brauð - bread:** Hveiti, vatn, ger, salt

Föstudagur - Friday

Aðalréttur – Pítubrauð: [Hveiti, vatn, 3% súrdeig (vatn, hveiti, súrdeigs gerlar, **ger**), ger, sykur, edik, repjuolía, salt, gerjað rúghveiti, rotvarnarefni (E282, E200)], Nautahakk 70 % grísahakk 30 %, krydd, grænmeti, **Pítusósa:** [repjuolía, vatn, sýrður **rjóni** (undanrenna, rjóni, **mjólkurprótein**, ostahleypir, súrmjólkurgerlar), **eggjarauður**, edik, sykur, salt, krydd, **sinnepsduft**, bindiefni E1422, E410, E415, E412, rotvarnarefni E211], Pikk nik: Kartöflur, pálmaolía, sjávarsalt

(S) Soya - (M) - Mjólk (G) - Glúten (E) – Egg (H) – Hnetur - (V) - Vegan