

Fyrirtækjapjónusta Kokkanna Matseðill vikunnar 1. – 5. september

Mánudagur – Monday

Sveppasúpa – Mushroom soup(M,G)
Plokkfiskur með rúgbrauði, smjöri (M,G)
Fish gratin with rye bread and butter (M,G)

Þriðjudagur – Tuesday

Paprikusúpa með fennel – Bell pepper soup with fennel (V)
Lambakjöt í karrýsösu ásamt hrísgrjónum, salati og brauði(G,M)
Lamb goulash in curry sauce with rice(G,M)

Miðvikudagur - Wednesday

Blómkálssúpa – Cauliflower soup (M,G)
Salat dagsins – Salad of the day : Grillað toppkál (V)
Ofnbakaður þorskur í hvítlauk, basil, spínati og konfekttómötum með steiktum kartöflum
Ovenbaked cod in garlic, spinach, tomato with fried potatoes

Fimmtudagur – Thursday

Graskerssúpa– Pumpkin soup(V)
Nauta snitsel með steiktum kartöflum, sveppasösu og rauðkáli(G,M)
Beef schnitzel with fried potatoes, mushroom sauce and red cabbage(G,M)

Föstudagur – Friday

Eftirréttur – Dessert (M,E,G)
Kjúklingur í rauðu chimichurri með hrísgrjónum og brokkólí í yuzu og soya(S)
Chicken red chimichurri, rice and broccoli in yuzu and soya(S)

Innihaldslýsingar – Ingredients descriptions

Í eldhúsi Kokkanna er notuð hráefni sem geta valdið ofnæmi eins og hnetur, mjólk, egg, baunir og ýmiskonar fræ.

In our kitchen we use products that can cause allergies such as peanuts, milk products, eggs, beans and seeds.

Mánudagur – Monday

Súpa: Vatn, sveppir, **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, rósmaínþykkni], hvítlaukur, laukur, krydd

Aðalréttur - main cours: Ýsa, **mjólk**, olía, **hveiti**, kartöflur, laukur Rúgbrauð: Rúgur, púðursykur, vatn, **rúgsigtimjöl**, maltextrakt, ger, salt

Þriðjudagur – Tuesday

Súpa - soup: Vatn, kókosmjólk, grænmeti, tómatur, **Grænmetiskraftur**: [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilhveiti, grænmeti(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), **sellerí**, bakaður laukur, nípa), ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf], krydd

Brauð - bread: **Hveiti**, vatn, ger, salt

Aðalréttur – main course: Lambakjöt, **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, rósmaínþykkni], nautakraftur [Salt, þurrkað glúkós sýróp, náttúruleg bragðefni, nautafita (5%), nautakjötsþykkni (3%), laukduft, krydd, bragðefni, rósmaínþykkni], gænmeti, hrísgrjón, karrý [rauður eldipipar, shallotlaukur, hvítlaukur, sítrónugras, salt, engifer, turmerik, cumin, koriander fræ, kanill, múskat]pipar,**Hveiti**

Miðvikudagur - Wednesday

Súpa - soup: Vatn, blómkál, **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, rósmaínþykkni], **Grænmetiskraftur**: [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilhveiti, **grænmeti**(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), **sellerí**, bakaður laukur, nípa), ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf], krydd, hveiti

Aðalréttur: borskur , kirsuberjatómatar, papríka, spínat, kryddlögur (repjufræolía, salt, vatnsrofi,repjufræolía, kryddjurtir, krydd, náttúruleg bragðefni, hvítlauksduft, vatnsrofin grænmetisprótein,laukduft, mjólkurduft (inniheldur MJÓLK), dextrósi, sítrónusýra E330),kartöflur, krydd,

Fimmtudagur – Thursday

Súpa – Soup: Vatn, grasker, **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)], **grænmeti**, **Kjúklingakraftur**: [Salt, maltodextrín, ger, bragðefni, kjúkklingakjöt(2,7%), kjúklingafita(2%), laukur, laukduft, sykur, krydd, kryddefni, rósmaínþykkni], **Grænmetiskraftur**: [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilhveiti, **grænmeti**(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), **sellerí**, bakaður laukur, nípa), ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf], hveiti, olía, krydd

Aðalréttur – main course: Nautakjöt 58%, **brauðraspur(hveiti**, vatn,, salt, ger, litarefni(E160b,E451,E100))vattn, **hveiti**, salt,**hveitisterkja**,repjuolia,bindefni(E451,E450)rotvarnarefni(E262) þrávarnarefni(E331,E301) glúkóksasíróp,**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)],**Nautakraftur**: [Salt, þurrkað glúkós sýróp, náttúruleg bragðefni, nautafita (5%), nautakjötsþykkni (3%), laukduft, krydd, bragðefni, rósmaínþykkni],sveppir, krydd, grænmeti

íFöstudagur - Friday

Aðalréttur – main course: Kjúklingur, krydd, hvítlaukur, laukur, grænmeti, hrísgrjón youzu, **soya**,repjuolia

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