

## Fyrirtækjafjónusta Kokkanna Matseðill vikunnar 13. – 17. apríl

### Mánudagur - Monday

Aspassúpa - Asparagus soup (G,M)  
Súrsætur kjúklingur með hrisgrjónum  
Sweet and sour chicken with rice

### Þriðjudagur –Tuesday

Grænertusúpa – Green pea soup  
Steinbítur í lemongras með sætkartöflumús, soja - engifer dressing og eplasalati (G,S,M)  
Catfish in lemongras with sweet potato mash,  
soya – ginger dressing and apple salad(G,S,M)

### Miðvikudagur – Wednesday

Blómkálssúpa – Cauliflower soup (G,M)  
Chili Con Carne með hrisgrjónum, nachos og grískri jógúrt(M)  
Chili Con Carne with rice, nachos and Greek yogurt(M)

### Fimmtudagur – Thursday

Spínat- og karrýsúpa – Spinach and curry soup(V)  
Ofnsteiktur svínahnakki með rauðkáli bökuðum premium kartöflum og rjómalagðri sósu (M)  
Roasted pork collar with red cabbage baked potatoes and creamy mushroom sauce (M)

### Föstudagur - Friday

Eftirréttur – Dessert (M,G,E,H)  
Soft taco með rifnum kjúkling ásamt kimchi rauðkáli, nachos og sósu (M,G,E,S)  
Soft taco with chicken and kimchi red cabbage, nachos and sauce (M,G,E,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 allergy such as peanuts, milk products, Eggs.

### Mánudagur – Monday

**Súpa** - Vatn, hvítur aspás, **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)], grænmetiskraftur [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilheiti, grænmeti(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), **sellerí**, bakaður laukur, nípa), ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf], kjúklingakraftur [Salt, maltodextrín, ger, bragðefni, kjúkklingakjöt(2,7%), kjúklingafita(2%), laukur, laukduft, sykur, krydd, kryddefni, rósmarínþykkni], hveiti, repjuolía, krydd  
**Aðalréttur** – kjúklingur, hrísgrjón,Vatn, sykur, tómatauk úr þykkni (17%), ananassafi úr þykkni (10%), edik, breytt maíssterkja, sítrónusafi úr þykkni, hvítlauksmuk (0,5%), salt, engifer, litur (paprikubykkni) , Chilli duft., ananas, grænmeti,krydd,Kjúklingakraftur: [Salt, maltodextrín, ger, bragðefni, kjúkklingakjöt(2,7%), kjúklingafita(2%), laukur, laukduft, sykur, krydd, kryddefni, rósmarínþykkni],krydd,grænmeti

### Þriðjudagur – Tuesday

**Súpa** - Vatn, grænar baunir, **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)], **grænmetiskraftur** [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilheiti, grænmeti(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), **Sellerý**, bakaður laukur, nípa), ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf], kydd, salt, pipar  
**Aðalréttur Steinbítur**,Sætkartöflur,Sojasósa [**sojabaunir**, **hveiti**, vatn, salt], engifer ,Smjör: [**Rjóni**, salt],salt,engifer, pecanhnetur,krydd, grænmeti

### Miðvikudagur - Wednesday

**Súpa** - Blómkál, vatn, 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],**Hveiti**  
**Aðalréttur** Nautakjöt, baunir,tómatur, Nautakraftur: [Salt, þurkað glúkós sýróp, náttúrlæg bragðefni, nautafita (5%), nautakjötsþykkni (3%), laukduft, krydd, bragðefni, rósmarínþykkni],hrísgrjón, krydd, grænmeti,Grísk Jógúrt: [**nýmjólk** sýrð með **jógúrtgerlum** og síuð]

### Fimmtudagur - Thursday

**Súpa** – Vatn, spínat, grænmeti, kókosmjólk, Grænmetiskraftur: [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilheiti, grænmeti(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), **sellerí**, bakaður laukur, nípa), ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf], karrý, hveiti, olía, krydd  
**Aðalréttur** – Svínakjöt, kartöflur,grænmeti,rauðkál, edik,Nautakraftur: [Salt, þurkað glúkós sýróp, náttúrlæg bragðefni, nautafita (5%), nautakjötsþykkni (3%), laukduft, krydd, bragðefni, rósmarínþykkni],**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)],krydd, hvítlaukur

### Föstudagur - Friday

**Eftirréttur** - (**hveiti**, vatn, jurtaolíur - pálma, repja og kókos, **rúgmjöl**, sykur, ger, ýruefni E471 og E481, **mýsa duft**, **hveitiglúten**, salt, kartöflusterkju, lyftiefni E450 og E500, **hveitirefjar**, kartöflutrefjar, glúkósa, glúkósasíróp, psyllium hýði, **mjólkurprótein**, curcuma, hveitimedferðarefni E920, andoxunarefni E220), karamellubragðbætt húð 18% (sykur, jurtaolíur - pálmakjarna, pálma og shea, **nýmjólkurduft**, **undanrennuft**, **mjólkurfita**, fituskert kakóduft, bragðefni, ýruefni E322, salt, sýrustillir E330,  
**Aðalréttur** Kjúklingur,Tortilla : [**Hveiti**, vatn, repjuolía, glycerine, pálmafita , sykur, salt, lyftiefni ( E450i, E500ii ), rotvarnarefni ( E296 ), bindiefni ( E471 ), rotvarnarefni ( E412, E466, E202, E282)],Grísk Jógúrt: [**nýmjólk** sýrð með **jógúrtgerlum** og síuð],  
Sojasósa [**sojabaunir**, **hveiti**, vatn, salt],BBQ sósa : [Háfrúktósa kornsíróp, eimað edik, tómatauk, umbreytt maíssterkja, salt, ananasþykkni, reykbragðefni SF-005, krydd, karamellulitur E-150d, mólmassi, rotvarnarefni E-211, hvítlaukur, **sinnepsduft**, kornsíróp, sykur, Tamarind **SOJA**, náttúrlæg bragðefni, sellerífræ],Osta kubbur: **Nýmjólk**, salt, **mjólkursýrugerlar**, ostahleypir.,Mæjónes: [Repjuolía, vatn, **EGGJARAUDUR**, sykur, salt, krydd, **SINNEPSDUFT**, bindiefni (E412, E415), síra (E260, E330), rotvarnarefni (E202, E211)],krydd,grænmeti,soya

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