

Fyrirtækjapjónusta Kokkanna Matseðill vikunnar 22. – 26. Júní

Mánudagur – Monday

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

Þriðjudagur – Tuesday

Paprikusúpa með fennel – Bell pepper soup with fennel
Lambakjöt í karrýsösu ásamt hrisgrjónum, 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)
Ofnsteiktur laxí miso með kryddhrisgrjónum og jógúrtsösu(S)
Fried salmon in miso with fried rice and yogurt sauce(S)

Fimmtudagur – Thursday

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

Föstudagur – Friday

Eftirréttur – Dessert (M,E,G,H)
Kjúklingur í rauðu chimichurri með hrisgrjónum og brokoli í yuzu og soya
Chicken in red chimichurri with rice and broccoli

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, rósmarínþykkni], hvítlaukur, laukur, krydd

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

Þriðjudagur – Tuesday

Súpa - soup: Vatn, paprika, **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, tómatur, **Grænmetiskraftur:** [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilheiti, grænmeti(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), **sellerí**, bakaður laukur, nípa), ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf], krydd Kjúklingakraftur: [Salt, maltodextrín, ger, bragðefni, kjúkklingakjöt(2,7%), kjúklingafita(2%), laukur, laukduft, sykur, krydd, kryddefni, rósmarínþykkni]

Aðalréttur – 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, rósmarínþykkni], nautakraftur [Salt, þurkað glúkós sýróp, náttúrlig bragðefni, nautafita (5%), nautakjötsþykkni (3%), laukduft, krydd, bragðefni, rósmarínþykkni], grænmeti, hrísgrjón, karrý [rauður eldþippar, 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, rósmarínþykkni], **Grænmetiskraftur:** [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilheiti, **grænmeti**(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), **sellerí**, bakaður laukur, nípa), ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf], krydd, hveiti

Aðalréttur: **Lax, soyabaunir**, hrísgrjón, krydd, grænmeti,Grísk Jógúrt: [nýmjólk sýrð með jógúrtgerlum og síuð], krydd,grænmeti

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, rósmarínþykkni], Grænmetiskraftur: [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilheiti, grænmeti(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), **sellerí**, bakaður laukur, nípa), ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf], olía, krydd

Aðalréttur - Nautakjöt 58%, **brauðraspur**(hveiti, vatn,, salt, ger, litarefni(E160b,E451,E100))vattn, **hveiti**, salt,**hveitisterkja**,repuolia,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, þurkað glúkós sýróp, náttúrlig bragðefni, nautafita (5%), nautakjötsþykkni (3%), laukduft, krydd, bragðefni, rósmarínþykkni],sveppir, krydd, grænmeti

Föstudagur – Friday

Aðalréttur Kjúklingur, krydd, hvítlaukur, laukur, grænmeti, hrísgrjón,