

## Matseðill vikunnar 11.- 15.Febrúar

### Mánudagur - Monday

Kremuð tómatsúpa – creamy tomato soup

Salat dagsins – Salad of the day: Gulrætur og graskersfræ – carrots and pumpkin seeds  
Ofnbökuð ýsa með sólþurrkuðum tómötum, papriku og engiferi ásamt soðnum kartöflum og brauði -Oven baked haddock with sundried tomatoes, paprika and ginger, served with potatoes and bread

### Priðjudagur - Tuesday

Aspassúpa – Asparagus soup

Salat dagsins – Salad of the day: Brokkolí - Broccoli

Penne pasta í rjómapiparsósu með sveppum, skinku, beikoni ásamt salati og hvítlauksbrauði

Penne pasta with creamy pepper sauce, mushrooms, ham, bacon, salad and garlic bread

**\*Vegan réttur:** Blómkáls og möndlubuff

**\*Vegan course:** Cauliflower and almond burger

\*Vegan réttur dagsins er fyrir þau fyrirtæki sem eru í fastri áskrift hjá okkur

\* The vegetarian course is for subscribed only

### Miðvikudagur - Wednesday

Grænmetissúpa – vegetable soup

Salat dagsins – Salad of the day: Sellerýrót – celery root

Steiktar fiskibollur að hætti mömmu með brúnni sósu, soðnum kartöflum og hrásalati ásamt brauði og smjöri – Fried fish balls with brown sauce, boiled potatoes, coleslaw, bread and butter

### Fimmtudagur - Thursday

Blómkálsúpa – Cauliflower soup

Salat dagsins – Salad of the day: Rauðrófur -red beats

Lambalærissneiðar í raspi með ofnbökuðum kartöflum, rauðkáli, grænum baunum og brúnni sósu

Lamb chops with oven baked potatoes, red cabbage, green beans and brown sauce

### Föstudagur - Friday

Eftirréttur - Dessert

Salat dagsins – Salad of the day: Tómat, mozzarella og basil  
Mexíkóskt kjúklingalásagna með sýrðum rjóma og nachosi

## 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 allergy such as peanuts, milk products, eggs, beans and seeds. All our stocks are MSG free.

### Mánudagur – Monday

**Súpa - soup:** Vatn, tómatur, kókosmjólk, jurtarjómi, grænmeti, grænmetiskraftur, kjúklingakraftur, krydd, sterkja - water, tomatoes, coconut milk, whipping with vegetable fat, vegetable and chicken stock, seasonings, starch

**Aðalréttur – main course:** Ýsa, sólþurrkaðir tómatar, krydd, hvítlaukur, paprika, engifer, kartöflur, olía – haddock, sundried tomatoes, seasonings, garlic, paprika, ginger, potatoes, oil

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

### Þriðjudagur - Tuesday

**Súpa - soup:** Vatn, aspás, jurtarjómi, kjúklingakraftur, grænmetiskraftur, krydd, hveiti, olía- water, asparagus, whipping with vegetable fat, vegetable and chicken stock, seasonings, flour, oil

**Aðalréttur – main course:** Pasta, skinka, beikon, sveppir, jurtarjómi, rjómi, rjómaostur, kjúklingakraftur, vatn – pasta, ham, bacon, mushrooms, whipping with vegetable fat, cream, cream cheese, chicken stock, water

**Brauð - bread:** Hveiti, vatn, ger, salt, hvítlaukur, olía- flour, water, yeast, salt, garlic, oil

### Miðvikudagur- Wednesday

**Súpa - soup:** Vatn, grænmeti, tómatur, kókosmjólk, grænmetiskraftur, kjúklingakraftur, krydd, sterkja - water, vegetables, tomatoes, coconut milk, vegetable and chicken stock, seasonings, starch

**Aðalréttur – main course:** Ýsa, kartöflumjöl, laukur, hvítlaukur, hveiti, jurtarjómi, olía, kartöflur, krydd, mæjones, sætt sinnep, kokteilávestir- haddock, maizena flour, onion, garlic, flour, whipping with vegetable fat, oil, potatoes, spices, mayo, sweet mustard, fruit cocktail

**Sósa- sauce:** Vatn, jurtarjómi, laukur, krydd, hveiti, olía – water, whipping with vegetable fat, onion, spices, flour, oil

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

### Fimmtudagur - Thursday

**Súpa - soup:** Vatn, blómkál, jurtarjómi, kjúklingakraftur, grænmetiskraftur, hveiti, olía - water, cauliflower, whipping with vegetable fat, vegetable and chicken stock, flour, oil

**Aðalréttur – main course:** Lærisneiðar, egg, raspur, hveiti, jurtarjómi, olía, rauðkál, grænar baunir, kartöflur- lamb, eggs, breadcrumbs, flour, whipping with vegetable fat, oil, red cabbage, green beans, potatoes

**Sósa -sauce:** Vatn, jurtarjómi, hvítlaukur, krydd, hveiti, olía – water, whipping with vegetable fat, garlic, spices, flour, oil

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

### Föstudagur - Friday

**Aðalréttur – main course:** Kjúklingur, tómatur, rjómaostur, jurtarjómi, laukur, hvítlaukur, hveiti, salt, krydd, sýrður rjómi- chicken, tomatoes, cream cheese, whipping with vegetable fat, onion, garlic, flour, salt, sour cream

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