

Maturinn

Pöntunarsími: 511 4466
Email: kokkarnir@kokkarnir.is

Vika

26.10.2020

30.10.2020

Aðalréttur

26.10.2020 Mánudagur	27.10.2020 Þriðjudagur	28.10.2020 Miðvikudagur	29.10.2020 Fimmtudagur	30.10.2020 Föstudagur
Villsveppasúpa	Ávöxtur	Tómat og kókossúpa	Gulrótarsúpa	Eftirréttur
Pönnusteikt langa í engifer og hvítlauk með pikkludum sinnepsfræjum, kartöflusmælki, kaldri dressing og salati	Kjöttbollur í brúnni sósu með kartöflumús, rauðkáli og sultu	Gratineraður plokfiskur með Bearnaisesósu, salati og brauði	Langtímaeldað lambalæri með blönduðu grænmeti, bakaðri kartöflu og kryddjurtasósu og grænum baunum	Kjúklingaleggir með kartöflusalati, pik nik, hrásalat og brún sósa.

Valréttur

Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
Villsveppasúpa	Ávöxtur	Tómat og kókossúpa	Gulrótarsúpa	Eftirréttur
Ommiletta með pepperóníi og grænmeti ásamt steiktum kartöflum, hvítlauks dressingu og brauði	Steiktur þorskur með soðnum kartöflum, salati, brauði og hvítvínssósu	Indverskur lambapottur með hrísgrjónum, gulum baunum og jógúrtsósu	Steikt langa með pólentú, aspás, hollandsaisósu og brauði	Þorskur í kókos-chili hnetusósu með steiktum kartöflum, gulum baunum og brauði

Sérréttur

Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
Sú franska Baquette, rjómaostur, dijon sinnep, ostur, spægipylsa, brie ostur og grænmeti	Grilluð samloka í Ciabatta brauði með kjúklingasalati, mozzarellaosti og grænmeti ásamt nachosi	Vefja með reyktum laxi, sætum kartöflum, agúrku, papriku, salati, avókadói og piparrótarsósu	Grilluð pizzusamloka með skinku, pepperóníi, sveppum, lauk, osti og frönskum kartöflum	Píta með salati, agúrku, tómötum, skinku, osti, feta osti, pítusósu og frönskum kartöflum

Vegan réttur - heitur réttur

Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
Falafel bollur á cous cous beði með grænmeti og hvítlauks mæjói	Cajun pottréttur með kjúklingabaunum, kúrbít, sveppum, lauk, sellerýrótt, gulróttum, papriku og sætum kartöflum	Linsubaunapottréttur með tómát, grænmeti, lauk og hvítlauk	Hnetu, svartbauna, kartöflu og grænmetisbuff, með sætri chili sósu og bakaðri kartöflu	Bakað „BRICK“ með steiktu hvítkáli, gulrótum, rófum, kjúklingabaunum, sætum kartöflum, papriku og spináti borið fram með mangó, karrý og kókossósu