

## Fyrirtækjapjónusta Kokkanna Matseðill vikunnar 27. September – 1. október

### Mánudagur - Monday

Graskerssúpa – butternut squash soup (V,G)

Kjúklingur í lime- og basil marineringu ásamt ofnsteiktum kartöflum og hunangsdressingu  
(E) Chicken in a lime- and basil marinade with ovenbaked potatoes and a honey dressing  
(E)

### Þriðjudagur - Tuesday

Brokkólíssúpa – Broccoli soup (M,G)

Nautagúllas með grænmeti í brúnni sósu ásamt kartöflum (M,G)

Beef gullash with vegetables in brown sauce with potatoes (M,G)

### Miðvikudagur - Wednesday

Gulrótarsúpa – carrot soup (M,G)

Salat dagsins – Salad of the day: Brokkoli – Broccoli (V)

Ofnbökuð ýsa í Tandoori og kasjúhnetum með kartöflumsmælki og sýrðum rjóma (M,H)

Oven baked haddock in Tandoori and cashew nuts with potatoes and sour cream (M,H)

### Fimmtudagur - Thursday

Blómkálsúpa – Cauliflower soup (M,G)

Topp fylltar grísalundir með piparosti og rauðlauk ásamt kaldri grænpiparsósu og steiktum kartöflum. (M,E)

Top filled pork tenderloin with peppercheese and red onion with cold greenpeppersauce and fried potatoes on the side (M,E)

### Föstudagur - Friday

Eftirréttur – Dessert (M,G,E,H)

Salat dagsins – Salad of the day: Gulrót - carrot (V)

Mexíkóskt kjúklingalagasagna með sýrðum rjóma og nachosi (M,G)

Mexican chicken lasagna with sour cream and nachos (M,G)

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.

## Innihaldslýsingar – Ingredients descriptions

### Mánudagur – Monday

**Súpa - soup:** Vatn, grasker, kókosmjólk, **grænmetiskraftur** [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilhveiti, grænmeti(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), **Sellery**, bakaður laukur, nípa), ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf], krydd, **hveiti**, repjuolía- water, butternut squash, coconut milk, vegetable stock, seasonings, **flour**, oil

**Aðalréttur – main course:** Kjúklingur, kartöflur, basil, lime, **hvítlaukur**, steinselja, **hvítvín** [Hvít vín, salt, pipar. **Inniheldur súlfít.**], ólífuoíla, salt og pipar – chicken, basil, lime, **garlic**, parsley, white wine, olive oil, salt and pepper

**Dressing: majónes** [Repjuolía, vatn, **eggjarauður**, sykur, salt, krydd, **sinnepsduft**, bindiefni (E412, E415), sýra (E260, E330), rotvarnarefni (E202, E211)], **sætt sinnep** [Vatn, edik, sykur, **sinnepsfræ**, salt, krydd (þ.á.m. laukur)], hunang, estragon, salt og pipar – **mayonaise**, **french mustard**, honey, estragon, salt and pepper

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

### Þriðjudagur - Tuesday

**Súpa- soup:** Vatn, brokkólí, **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%), kjúkklingafita(2%), laukur, laukduft, sykur, krydd, kryddefni, rósmarínþykkni], **grænmetiskraftur** [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilhveiti, grænmeti(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), **Sellery**, bakaður laukur, nípa), ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf], **hveiti**, olía, krydd Water, broccoli, **whipping**, chicken stock, **vegetable stock**, **flour**, oil, seasonings

**Aðalréttur – main course:** Nautakjöt, grænmeti, **jurtarjóni** [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)], laukur, hvítlaukur, kartöflur, **smjör** [**rjóni**, salt], sósulitur [litarefni (karamellubrunnt E 150 c) vatn], salt

krydd - Beef, vegetables, whipping with vegetable fat, **onion**, **garlic**, potatoes, butter, seasonings

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

### Miðvikudagur- Wednesday

**Súpa - soup:** Vatn, gulrót, **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, hrísgrjónaheilhveiti, grænmeti(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), **Sellery**, bakaður laukur, nípa), ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf], kjúklingakraftur, **hveiti**, krydd

Water, carrot, **whipping**, **vegetable** and chicken stock, **flour**, seasonings

**Aðalréttur – main course:** Ýsa, kartöflur, **Tandoori krydd** [Salt, karrý (turmerik, koriander, fenugreek, dillfræ, negull, chili), cumminfræ, laukur, **hvítlaukur**, kóriander, náttúrleg bragðefni, cayenne pipar, svartur pipar, engifer, kanil, kekkingarvörn E551, litarefni (paprikuextract), negull, sykur, sítrónusýra, sítrónubragðefni], **kasjúhnetur**,

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

**sýrður rjómi [Undanrenna og rjómi, sýrður með mjólkursýrugerlum, gelatín, ostahleypir], hvítlaukur-haddock, Tandoori seasoning, cashew nuts, garlic, potatoes, sour cream**

**Rúgbrauð -Rye bread: Rúgur, púðursykur, vatn, rúgsigtimjöl, maltextrakt, ger, salt**  
Rye, brown sugar, water, rye flour, malt extract, yeast, salt

## Fimmtudagur - Thursday

**Súpa - soup:** Vatn, blómkál, **jurtarjómi [Súrmjólk, full hert pálmaolía, rjómi 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, hrísgrjónaheilhveiti, grænmeti(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), Sellery, bakaður laukur, nípa), ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf], hveiti, olía - water, cauliflower, whipping, vegetable and chicken stock, flour, oil**

**Aðalréttur – main course:** Svínakjöt, **rjómaostur [Mjólk, áfir, rjómi, salt, bindiefni (gúargúmmí), rotvarnarefni (kalíumsorbat), mjólkursýrugerlar], rauðlaukur, salat ostur [Ostur 170 g (mjólk, salt, mjólkursýrugerlar, ostahleypir) . Krydd olía 155 g (rapsolía, rauðlaukur, hvítlaukur, krydd (basil, timjan, rósmarín, rósapipar) )], kryddjurtir, rósapipar, repjuolía, hvítlaukur, svartur pipar, salt. – Pork, cream cheese, red onion, salad cheese, herbs, rose pepper, oil, garlic, black pepper, salt.**

**Sósa -sauce:** Grænn pipar, **sýrður rjómi [Undanrenna og rjómi, sýrður með mjólkursýrugerlum, gelatín, ostahleypir], majónes [Repjuolía, vatn, eggjarauður, sykur, salt, krydd, sinnepsduft, bindiefni (E412, E415), sýra (E260, E330), rotvarnarefni (E202, E211)], púðursykur, anis, rjómi [Rjómi, laktasaensím, bindiefni (karragenan)], salt, pipar. – Green pepper, sour cream, mayonnaise , brown suger, anis, cream, salt, pepper.**

Kartöflur, repjuolía, salt, pipar. – Potatoes, oil, salt, pepper.

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

## Föstudagur - Friday

**Aðalréttur – main course:** Kjúklingur, salsa [Tómatar, tómatpúrta (tómatþykkni, vatn), laukur, jalapeno, tómat safi, vatn, grænn chili, minna en 2%, salt, edik, hvítlaukur, kalsíum klórið, sítrussýra, xanthan gúmmi, paprika, krydd], **rjómaostur [Mjólk, áfir, rjómi, salt, bindiefni (gúargúmmí), rotvarnarefni (kalíumsorbat), mjólkursýrugerlar], jurtarjómi [Súrmjólk, full hert pálmaolía, rjómi 6%, pálmaolía, súrmjólkurduft, ýruefni(E 472b, E 475, E 435, E471, E 433), bindiefni(E 410, E 407), D-vítamín, salt, litarefni(E 160a)], rifinn ostur [Mjólk, undanrenna, salt, ostahleypir, rotvarnarefni (E252) . Rifinn Gouda ostur 15%], laukur, hvítlaukur, hveiti, salt, krydd, **sýrður rjómi [Undanrenna og rjómi, sýrður með mjólkursýrugerlum, gelatín, ostahleypir] - chicken, salsa, cream cheese, whipping, shredded cheese, onion, garlic, flour, salt, sour cream****

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