

## Fyrirtækjapjónusta Kokkanna Matseðill vikunnar 11. – 15. október 2021

### Mánudagur – Monday

Villisveppasúpa – wild mushroom soup

Salat dagsins – Salad of the day: Bragðmikið blómkál – cauliflower (V)

Pönnusteikt langa í engifer og hvítlauk með pikkludum sinnepsfræjum, kartöflusmælki, kaldri dressing og salati (M)

Panfried ling in ginger and garlic with pickled mustard seeds, potatoes, a cold sauce and salad (M)

### Þriðjudagur – Tuesday

Graskerssúpa – pumpkin soup

Hakkabollur með brúnni sósu, kartöflum, sultu og grænum baunum (M,G,E)

Meatballs with a brown sauce, potatoes, jam and green peas (M,G,E)

### Miðvikudagur - Wednesday

Tómat-kókossúpa – Tomato and coconut soup (V)

Salat dagsins – Salad of the day: Sætar kartöflur – sweet potatoes (V)

Steiktar fiskibollur að hætti mömmu með brúnni sósu, soðnum kartöflum og hrásalati ásamt brauði og smjöri (M,G,E)

Fried fish balls with brown sauce, boiled potatoes, coleslaw, bread and butter (M,G,E)

### Fimmtudagur - Thursday

Gulrótarsúpa – Carrot soup

Langtímaeldaðar nautakinnar með kartöflumús, soðgljáa og rötargrænmeti (M,G)

Slow cooked beef cheeks with mashed potatoes, beef demi-glace and root vegetables (M,G)

### Föstudagur - Friday

Eftirréttur – Dessert (M,G,E,H)

Salat dagsins – Salad of the day: Rófur - beets (V)

Kjúklingaleggir með kartöflusalati, pik nik og kokteilsósa.

Chicken drumsticks with potato salad, pik nik and cocktailsauce.

## 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, villisveppir, **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], **kjúklingakraftur** [Salt, maltodextrín, ger, bragðefni, kjúkklingakjöt(2,7%), kjúklingafita(2%), laukur, laukduft, sykur, krydd, kryddefni, rósmarínþykkni], **hveiti**, olía, krydd

water, mushrooms, whipping with vegetable fat, vegetable and chicken stock, **flour**, oil, seasonings

**Aðalréttur – main course:** **Langa**, kartöflur, **engifer**, **hvítlaukur**, salt, pipar, sinnepfræ, eplaedik, **majones**[Repjuolía, vatn, **eggjarauður**, sykur, salt, krydd, **sinnepsduft**, bindiefni (E412, E415), sýra (E260, E330), rotvarnarefni (E202, E211)], **sýrður rjóni** [**Undanrenna og rjóni**, sýrður með mjólkursýrugerlum, gelatín, ostahleypir.], krydd – **Ling**, potatoes, **ginger**, **garlic**, salt, pepper, mustard seeds, apple cider vinegar, **mayonnaise**, sour cream, spices

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

### Priðjudagur – Tuesday

**Súpa - soup:** Vatn, grasker, **grænmetiskraftur** [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilheiti, grænmeti(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), **Sellerý**, 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], krydd, maizenamjöl, **jurtarjóni** water, pumpkin, vegetable and chicken stock, seasonings, corn starch, whipping with vegetable fat

**Aðalréttur – main course:** Nautahakk, **Brauðraspur:** [**Hveiti**, salt, sykur, smjörlíki (repjuolía, kókosolía, pálmkjarnaolía, vatn, salt, bindiefni (E322 úr sólblómum, E471, E475), bragðefni, litarefni (E160a)), ger, **ristað hveiti**, **hveitiklið**, bindiefni (E472e, E471, E481), mjölmeðhöndlunarefni (E300), **gæti innihaldið snefil af sesam**], **egg**, hvítlaukur, kartöflur, rabbabarasulta, 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)], **hveiti**, olía, nautakraftur: [Salt, þurrkað glúkós sýróp, náttúrleg bragðefni, nautafita (5%), nautakjötsþykkni (3%), laukduft, krydd, bragðefni, rósmarínþykkni], kryddjurtir, krydd – ground beef, **bread crumbs**, **eggs**, **garlic**, potatoes, rhubarb jam, green peas, vegetable whipping, flour, oil, beef stock, herbs, seasonings

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

### Miðvikudagur - Wednesday

**Súpa - soup:** Vatn, kókosmjólk, grænmeti, tómatur, **Grænmetiskraftur:** [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilheiti, grænmeti(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), **Sellerý**, bakaður laukur, nípa), ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf], krydd water, coconut milk, vegetables, tomatoes, **vegetable stock**, seasonings

**Aðalréttur – main course:** **Ýsa**, kartöflumjöl, laukur, hvítlaukur, **hveiti**, **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)], olía, kartöflur, krydd, **majones:** [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)]

, kokteílávextir- haddock, potato starch, onion, garlic, **flour**, whipping with vegetable fat, oil, potatoes, spices, **mayo**, **sweet mustard**, fruit cocktail

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

### Fimmtudagur - Thursday

**Súpa - soup:** Vatn, gulrætur, **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)], kókosmjólk, **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%), **Sellerý**, bakaður laukur, nípa), ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf], maizenamjöl

water, carrots, whipping with vegetable fat, coconut milk, vegetable and chicken stock, corn starch

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

**Aðalréttur – main course:** Nautakinnar, kartöflur, jurtarjómi: [Súrmjólk, full hert páлмаоlía, rjómi 6%, páлмаоlía, súrmjólkurduft, ýruefni(E 472b, E 475, E 435, E471, E 433), bindiefni(E 410, E 407), D-vítamín, salt, litarefni(E 160a)], **smjör:** [Rjómi, salt], **hveiti**, nautakraftur: [Salt, þurrkað glúkós sýróp, náttúrleg bragðefni, nautafita (5%), nautakjötsþykkni (3%), laukduft, krydd, bragðefni, rósmarínþykkni], krydd - Beef cheeks, potatoes, whipping with vegetable fat, milk, butter, **flour**, beef stock, seasonings.

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

## Föstudagur - Friday

**Aðalréttur – main course:** Kjúklingaleggir, krydd, kartöflur, majónes: [Repjuolía, vatn, **eggjarauður**, sykur, salt, krydd, **sinnepsduft**, bindiefni (E412, E415), sýra (E260, E330), rotvarnarefni (E202, E211)], laukur, sýrður rjómi, paprika, súrar gúrkur **sætt sinnep:** [Vatn, edik, sykur, **sinnepsfræ**, salt, krydd (þ.á.m. laukur)], hvítlaukur- chicken drumsticks, seasonings, potatoes, mayonnaise, onion, sour cream, paprika, pickles, **sweet mustard**, garlic

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