

Maturinn

Pöntunarsími: 511 4466
Email: kokkarnir@kokkarnir.is

Vika 48

29.11.2021

3.12.2021

Aðalréttur

29.11.2021 Mánudagur	30.11.2021 Þriðjudagur	1.12.2021 Miðvikudagur	2.12.2021 Fimmtudagur	3.12.2021 Föstudagur
Jógúrt	Aspassúpa	Brokkolísúpa	Paprikusúpa	Eftirréttur
Steiktur þorskur með steiktu grænmeti, kartöflum og kaldri dressingu	Hakk og spaghetí með rifnum osti, hrásalati og hvítlauksbrauði	Fiskibollur með brúnni sósu, hrásalati og soðnum kartöflum	Nautasnitseil með steiktum kartöflum, sveppasósu, gulum baunum og brauði	Langtímaeldað lamb "Shawarma" með steiktum hrísgrjónum, jógúrtsósu og Naan brauði

Valréttur

Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
Jógúrt	Aspassúpa	Brokkolísúpa	Paprikusúpa	Eftirréttur
Pítsa með pepperóníi, sveppum og rjómaosti ásamt frönskum kartöflum og kokteilsósu	Soðin ýsa með sítrónusósu, kartöflusmælki og rúgbrauði	Eggjasteiktur núðlur með kjúkling og grænmeti ásamt sojasósu, brauði og salati	Djúpsteikt ýsa í hvítlauks-tempúra með bökuðu kartöflu smælki, hrásalati og tzatziki	Ofnbökuð ýsa með blönduðu grænmeti, hrísgrjónum, kryddjurtarsósu og brauði

Sérréttur

Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
Vefja með grófnum laxi, hrísgrjónum, avokadói, rauðlauki, sætum kartöflum, sýrðum rjóma, nachos og graflaxsósu	Píta með salati, grænmeti, rifnum kjúkling, chimichurri, hrásalati, sætkartöflu frönskum og kokteilsósu	Shawarma vefja með lambi, raitu, grænmeti og salati	Grænmetissamloka í grófu brauði með tómát, mozzarella, pestó, eggjum, káli og papriku ásamt sætum kartöflum og chilisósu.	Beikonrist Samloka í fínu brauði með beikoni, skinku, osti og káli ásamt sinnepssósu

Vegan réttur - heitur réttur

Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
Kartöflu og rauðrófubuff með linsubaunum, kryddjurtarkartöflum, dressingu, salati og brauði	Oumph hakk og spaghetí með salati og brauði	Spínatlasagna með pestói, salati og brauði	Kúmen og eldþipar krydduð buff með kartöflum, kjúklingabaunum, svartbaunum, sellerírót og gulrótum ásamt sinneps mæjö	„Chili con Zucchini“ Kúrbitur, kjúklingabaunir, tómatur, hvítlaukur, eldþipar, og paprika ásamt nachosi og hrísgrjónum