

Maturinn

Pöntunarsími: 511 4466

Vika 25

20.6.2022

24.6.2022

Email: kokkarnir@kokkarnir.is

Aðalréttur

20.6.2022 Mánudagur	21.6.2022 Þriðjudagur	22.6.2022 Miðvikudagur	23.6.2022 Fimmtudagur	24.6.2022 Föstudagur
Jógúrt	Aspassúpa	Brokkólísúpa	Paprikusúpa	Eftirréttur
Mexíkóskt kjúklingalagasagna ásamt salati, sýrðum rjóma, hrísgrjónum og nachosi	Hakk og spaghetí með rifnum osti, hrásalati og hvítlauksbrauði	Ofnbakaður þorskur í chili og lime ásamt kaldri dressingu, salati og kartöflum	Nautasnitsel með steiktum kartöflum, sveppasósu, gulum baunum og brauði	Langtímaeldað lamb "Shawarma" með steiktum hrísgrjónum, jógurtsósu og Naan brauði

Valréttur

Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
Jógúrt	Aspassúpa	Brokkólísúpa	Paprikusúpa	Eftirréttur
Steiktur þorskur með steiktu grænmeti, kartöflum og kaldri dressingu	Soðin ýsa með sítrónusósu, kartöflumsmælki 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 sósu	Ofnbökuð ýsa með blönduðu grænmeti, hrísgrjónum, kryddjurtarsósu og brauði

Sérréttur

Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
Vefja með grönnum 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 sósu, grænmeti og salati	Samloka í grófu brauði með sinnepssósu, osti, skinku, eggjum, agúrku, tómata, papriku og piknik	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 eldpirar krydduð buff með kartöflum, kjúklingabaunum, svartbaunum, sellerirót og gulrótum ásamt sinneps mæjó	„Chili con Zucchini“ Kúrbítur, kjúklingabaunir, tómatur, hvítlaukur, eldpirar, og paprika ásamt nachosi og hrísgrjónum