

Fyrirtækjaþjónusta Kokkanna

Vegan réttir – vegan courses 20. – 24. Júní

Mánudagur – Monday

Kartöflu og rauðrófubuff með linsubaunum, kartöflum, salati og brauði (G)

Potato and red beets rissole with lens beans, potatoes, salad and bread (G)

Þriðjudagur - Tuesday

Oumph hakk og spaghetti með salati og brauði (S, G)

Minced Oumph soya meat, spaghetti, salad and bread (S, G)

Miðvikudagur – Wednesday

Spínatlasagna með pestói, salati og brauði (G)

Spinach lasagna with pesto, salad and bread (G)

Fimmtudagur – Thursday

Kúmen og eldþipar krydduð buff með kartöflum, kjúklingabaunum, svartbaunum, sellerírót og gulrótum ásamt sinneps mæjó

Cumin and chili spiced rissole with potatoes, chicken peas, black beans, celery root and carrots with mustard mayo

Föstudagur – Friday

„Chili con Zucchini“ Kúrbítur, kjúklingabaunir, tómatur, hvítlaukur, eldþipar, og paprika ásamt nachosi (G)

“Chili con Zucchini” zucchini, chicken beans, tomatoes, garlic, chili and paprika served with nachos (G)

(G) – Glúten/Gluten (H) – Hnetur/Peanuts - (S)- Soyja/Soya

Vinsamlegast athugið að notum mikinn lauk og hvítlauk í okkar vegan rétti

Please note that we use a lot of onion and garlic for our vegan courses

Innihaldslýsingar – Ingredients

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

Kartöflur, linsubaunir, rauðrófur, laukur, **grænmetiskraftur**: [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilhveiti, grænmeti(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), **sellerí**, bakaður laukur, nípa), ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf], **vegan majónes**: [repjuolía, vatn, sykur, umbreytt kartöflusterkja, salt, **sinnep**(vatn, edik, sykur, **sinnepsfræ**, salt, krydd, bragðefni), **sinnepsduft**, krydd, rotvarnarefi (E202, E211, E260), bindiefni (E415), sýra (E330), litarefni (E160a)], **sinnep**: [Vatn, edik, sykur, **sinnepsfræ**, salt, krydd (þ.á.m. laukur)], hvítlaukur, salt, pipar,

Þriðjudagur - Tuesday

Oumph hakk [vatn, sojaprótein (24,6%, olía, salt, krydd, brendur sykur], tómatur, tómatpúrra, laukur, hveiti, olía, hvítlaukur, **grænmetiskraftur**: [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilhveiti, grænmeti(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), **sellerí**, bakaður laukur, nípa), ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf], salt, pipar

Miðvikudagur - Wednesday

Tómatur, karöflur, laukur, spínat, linsubaunir, kókosmjólk, hveiti, olía, panang karrý, **grænmetiskraftur**: [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilhveiti, grænmeti(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), **sellerí**, bakaður laukur, nípa), ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf], chili, edik, salt, pipar

Fimmtudagur – Thursday

Svartar baunir, kjúklingabaunir, kartöflur, sellerírót, gulrót,], **vegan majónes**: [repjuolía, vatn, sykur, umbreytt kartöflusterkja, salt, **sinnep**(vatn, edik, sykur, **sinnepsfræ**, salt, krydd, bragðefni), **sinnepsduft**, krydd, rotvarnarefi (E202, E211, E260), bindiefni (E415), sýra (E330), litarefni (E160a)], **sinnep**: [Vatn, edik, sykur, **sinnepsfræ**, salt, krydd (þ.á.m. laukur)], **grænmetiskraftur**: [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilhveiti, grænmeti(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), **sellerí**, bakaður laukur, nípa), ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf], salt, pipar

Föstudagur – Friday

Kjúklingabaunir, kúrbítur, paprika, tómatur, eldpipar, hrísgrjón, nachos [maísmjöl, olía, salt], **grænmetiskraftur**: [Sjávarsalt, hrísgrjónaheilhveiti, grænmeti(11%): (laukur(3,5%), gulrót(3,4%), **sellerí**, bakaður laukur, nípa), ger, sólblómaolía, túrmerik, steinselja, múskat, pipar, lárviðarlauf], salt, pipar

(G) – Glúten/Gluten (H) – Hnetur/Peanuts - (S)- Soyja/Soya

Vinsamlegast athugið að notum mikinn lauk og hvítlauk í okkar vegan rétti

Please note that we use a lot of onion and garlic for our vegan courses