



## Grafið nauta file með piparrótarjóna og grænsprettum

### Innihaldsefni:

Mjöl (**hveiti**, maltað **hveiti**), vatn, ger, salt, **hveitiglúten**, Rauðlaukur, sykur, sítrónusafi, hvítlauksolía (repjuolía, hvítlaukur, steinselja, kóríander), balsamik edik (vínedik, þykkni úr þrúgumusti, litarefni (E150d), inniheldur **súlfít**), repjuolía, **eggjarauður**, vatn, krydd, **sinnepsduft**, sýra (E260), rotvarnarefni (E211, E202), **sýrður rjómi**, hunang, piparrót, sýrustillir (E330), hvítlaukur, rotvarnarefni (**súlfít**), lamba innralæri salt, púðursykur (sykur, melassi, vatn), kúmen, mynta, einiber, anísfræ.

**Ofnæmisvaldar eru feitletraðir.**

Gæti innihaldið snefil af sesamfræjum og hnetum.

### Næringargildi í 100g:

|                       |                  |
|-----------------------|------------------|
| Orka                  | 906 kJ/ 216 kkal |
| Fita                  | 10,3 g           |
| þar af mettuð fita    | 1,3 g            |
| Kolvetni              | 26,4 g           |
| þar af sykurttegundir | 7,2 g            |
| Prótein               | 4,5 g            |
| Salt                  | 0,77 g           |



## Hreindýrapaté

### Innihaldsefni:

Smjördeig (**hveiti**, vatn, pálmfita, salt, ýruefni (E471), bragðefni), kjúklingalifur, grísafita, grísakjöt, hreindýrakjöt (7%), vatn, rjómalíki (**áfir**, hert og óhert pálmaolía, **rjómi**, ýruefni (E472b, E475, E435, E471, E433), bindiefni (E410, E407), D-vítamín, salt, litarefni (E160a)), paté grunnur (**hveiti**, dextrósi, krydd, bindiefni (E450), bragðaukandi efni (E621), sýra (E300)), kartöflumjöl, nítítsalt, gelatín, brandý (brandý, salt, náttúruleg bragðefni, rifsberjahlaup (sykur, rifsberjaþykkni, vatn, hleypiefni (E440), sýra (E330), rotvarnarefni (E202, E211)), villijurtir (steinselja, timjan, hvítlauksduft, rósmarín, mynta), timjan, einiber, rifsber.

### Ofnæmisvaldar eru feitletraðir.

Gæti innihaldið snefil af sesamfræjum og hnetum.

### Næringargildi í 100g:

|                      |                  |
|----------------------|------------------|
| Orka                 | 462 kJ/ 111 kkal |
| Fita                 | 9,8 g            |
| Þar af mettuð fita   | 4,7 g            |
| Kolvetni             | 2,5 g            |
| Þar af sykurtegundir | 0,7 g            |
| Prótein              | 3,4 g            |
| Salt                 | 0,8 g            |



## Rauðbeðu grafinn lax með fersku dilli og sinnepssósu

**Innihaldsefni:** Rauðbeðu grafinn lax (**Lax (fiskur)**), rauðbeðusafi, sykur, salt, ferskt dill, bragðaukandi efni (E621), **laktósi (mjólk)**, laukduft, túrmerik, hvítlaukur, krydd (**soja**), jurtaolía (pálma), kekkjavarnarefni (E551), bragðefni (**sellerí**), sinnepssósa (sýrður rjómi (**rjómi**), sýrður með mjólkursýrugerlum, ostahleypir), majónes (repjuolía, **eggjarauður**, vatn, krydd, **sinnepsduft**, edik, sykur, salt, rotvarnarefni (E211, E202)), **sinnep** (vatn, edik, sykur, **sinnepsfræ**, salt, krydd, þráavarnarefni (**súlfít**), sýrustillir (sítónusýra)), sítónusafi, salt, repjuolía, dill, sósulitur (litarefni (E150c), vatn, salt).

**Ofnæmisvaldar eru feitletraðir.**

Gæti innihaldið snefil af sesamfræjum og hnetum.

### Næringargildi í 100g:

|                      |                  |
|----------------------|------------------|
| Orka                 | 946 kJ/ 226 kkal |
| Fita                 | 15,3 g           |
| Þar af mettuð fita   | 2,6 g            |
| Kolvetni             | 2,7 g            |
| Þar af sykurtegundir | 2,6 g            |
| Prótein              | 14,9 g           |
| Salt                 | 0,3 g            |



## Kaldreyktur lax með piparrótarsósu og eggjasalati

**Innihaldsefni:** Lax (**fiskur**), sykur, salt, bragðaukandi efni (E621), **laktósi**, laukduft, túrmerik, hvítlaukur, krydd (**soja**), pálmaolía, kekkjavarnarefni (E551), bragðefni (**sellerí**), eggjasalat (soðin **egg** (**egg**, vatn, ediksýra, salt), majónes (repjuolía, **eggjarauður**, vatn, krydd, **sinnepsduft**, edik, sykur, salt, rotvarnarefni (E211, E202)), dill, steinselja, vorlaukur, kapers (kapers, vatn, salt, eimað edik), salt, bragðaukandi efni (E621), **laktósi** (**mjólk**), hvítlauksduft, laukduft, bragðefni (**soja**, **sellerí**), pálmafita, kekkjavarnarefni (E551)), piparrótarsósa (majones (repjuolía, **eggjarauður**, vatn, krydd, **sinnepsduft**, sýra (E260), sykur, salt, rotvarnarefni (E211, E202)), **sýrður rjómi**, hunang, piparrót (piparrót, vatn, salt, sýrustillir (E330), rotvarnarefni (**súlfít**), bragðefni), repjuolía, salt, hvítlaukur).

**Ofnæmisvaldar eru feitletraðir.**

Gæti innihaldið snefil af sesamfræjum og hnetum.

### Næringargildi í 100g:

|                       |                   |
|-----------------------|-------------------|
| Orka                  | 1108 kJ/ 265 kkal |
| Fita                  | 20,6 g            |
| Þar af mettuð fita    | 3,0 g             |
| Kolvetni              | 3,8 g             |
| Þar af sykurttegundir | 3,3 g             |
| Prótein               | 12,8 g            |
| Salt                  | 1,0 g             |



## Dönsk Leverpostej

### Innihaldsefni:

Grísafita, grísalifur, vatn, paté blanda (**hveiti**, **undanrennuduft**, salt, dextrósi, umbreytt sterkja, krydd, **sojaprótein**, bindiefni (E451, E450, E452), vatnsrofið grænmetisprótein), laukur, beikon steikt (grísakjöt, vatn, salt, bindiefni (E451, E450), rotvarnarefni (E250), þráavarnarefni (E316)), steiktir sveppir, repjuolía.

**Ofnæmisvaldar eru feitletraðir.**

### Næringargildi í 100g:

|                      |                  |
|----------------------|------------------|
| Orka                 | 831 kJ/ 198 kkal |
| Fita                 | 14,9 g           |
| þar af mettuð fita   | 6,8 g            |
| Kolvetni             | 6,7 g            |
| þar af sykurtegundir | 2,3 g            |
| Prótein              | 8,7 g            |
| Salt                 | 1,5 g            |



## Hunangsgljáðar Kalkúnabringur

### Innihaldsefni:

Kalkúnabringa (87%)( vatn, salt, sykur, rotvarnarefni (E500, E262), þráavarnarefni (E331, E301)), hunang.

### Ofnæmisvaldar eru feitletraðir.

Gæti innihaldið snefil af sesamfræjum og hnetum.

### Næringargildi í 100g:

|                       |                  |
|-----------------------|------------------|
| Orka                  | 557 kJ/ 133 kkal |
| Fita                  | 5,2 g            |
| þar af mettuð fita    | 1,4 g            |
| Kolvetni              | 6,8 g            |
| þar af sykurttegundir | 6,6 g            |
| Prótein               | 16,6 g           |
| Salt                  | 0,55 g           |



## Lambalæri í kryddjurtakryddlegi

**Innihaldsefni:** Lambakjöt (upprunaland Ísland), repjuolía, krydd (inniheldur **sellerí**), salt, bragðefni (E621), pálmafeiti, náttúruleg bragðefni.

**Ofnæmisvaldar eru feitletraðir.**

Gæti innihaldið snefil af sesamfræjum og hnetum.

### Næringargildi í 100g:

|                      |                  |
|----------------------|------------------|
| Orka                 | 841 kJ/ 201 kkal |
| Fita                 | 13,4 g           |
| þar af mettuð fita   | 2,7 g            |
| Kolvetni             | 0,5 g            |
| þar af sykurtegundir | 0,4 g            |
| Prótein              | 19,7 g           |
| Salt                 | 0,35 g           |



## Grísa fleskesteik tilbúin

**Innihaldsefni:** Grísa síða (upprunaland Ísland).

**Ofnæmisvaldar eru feitletraðir.**

Gæti innihaldið snefil af sesamfræjum og hnetum.

**Ofnæmisvaldar eru feitletraðir.**

**Næringargildi í 100g:**

|                      |                   |
|----------------------|-------------------|
| Orka                 | 1669 kJ/ 399 kkal |
| Fita                 | 39,0 g            |
| Þar af mettuð fita   | 6,89 g            |
| Kolvetni             | 0,0 g             |
| Þar af sykurtegundir | 0,0 g             |
| Prótein              | 12,0 g            |
| Salt                 | 0,5 g             |





## VILLISVEPPASÓSA

### Innihaldsefni:

Nautasoð (vatn, nautakjöt), jurtarjómi (**súrmjólk**, pálmaolía hert að hluta, **rjómi**, pálmaolía, **súrmjólkurduft**, ýruefni (E472b, E475, E435, E471, E433), bindefni (E410, E407), salt, litarefni (E160a)), repjuolía, **hveiti**, nautakraftur (nautafita með þráavarnarefni (E320), bragðaukandi efni (E621, E635), krydd (inniheldur **soja**), nautakjötþykki, laukduft, krydd (inniheldur **soja**), bragðefni (**soja**)), madeira vín (madeira vín (17%), salt bragðefni), þurrkaðir villisveppir (1%), smjör (**rjómi**, salt), timían.

### Ofnæmisvaldar eru feitletraðir.

Gæti innihaldið snefil af sesamfræjum og hnetum.

### Næringargildi í 100g:

|                       |                  |
|-----------------------|------------------|
| Orka                  | 534 kJ/ 128 kkal |
| Fita                  | 12 g             |
| þar af mettuð fita    | 4,4 g            |
| Kolvetni              | 3,8 g            |
| þar af sykurttegundir | 0,6 g            |
| Prótein               | 1,2 g            |
| Salt                  | 2,1 g            |



## Waldorfsalat

**Innihaldsefni:** Epli, vínber, sýður rjómi (**undanrenna, rjómi**, sýrður með mjólkursýrugerlum, gelatín, ostahleypir), appelsínubýkkni (vatn, sykur, appelsínubýkkni (19%), sýrustillir (E-330), bindiefni (E-415), litarefni (E-160a) , C-vítamín (E-300) og rotvarnarefni (E-202)), flórsykur.

**Ofnæmisvaldar eru feitletraðir.**

Gæti innihaldið snefil af sesamfræjum og hnetum.

### **Næringargildi í 100g:**

|                       |                 |
|-----------------------|-----------------|
| Orka                  | 340 kJ/ 81 kkal |
| Fita                  | 1,8 g           |
| þar af mettuð fita    | 1,1 g           |
| Kolvetni              | 14,2 g          |
| þar af sykurttegundir | 12,2 g          |
| Prótein               | 1,5 g           |
| Salt                  | 0,01 g          |



## GRATÍN KARTÖFLUR

### Innihaldsefni:

Kartöflur 60%, **nýmjólk**, jurtarjómi (**súrmjólk**, jurtaolía (pálmakjarnaolía, kókosolía, páлмаolíа, repjuolíа), hert pálmakjarnaolíа, umbreytt maísssterkja, ýruefni (E472b, E435, E433), bragðefni, bindiefni (E407), lítarefni (E160a)), vatn, **smjör** (**rjómi**, salt), smurostur með papriku (**ostur**, **smjör**, paprika, bræðslusölt (E331, E452), rotvarnarefni (E202)), umbreytt kartöflusterkja, kjúklingablautkraftur (salt, bragðaukandi efni (E621, E635), nautafita með þráavarnarefni (E320), kjúklingafita með þráavarnarefni (E392), kjúklingakjötduft með þráavarnarefni (E392), krydd (m.a **soja**), bragðefni, krydd, ger, maltódextrín, pálmafita), hvítlauksflögur 0,5%, salt, ýruefni (E472e), ostur (**mjólk**, salt, ostahleypir, mjólkursýrugerlar, kekkjavarnarefni (E460ii), rotvarnarefni (E252).

### Ofnæmisvaldar eru feitletraðir.

Gæti innihaldið snefil af sesamfræjum og hnetum.

### Næringargildi í 100g:

|                      |                  |
|----------------------|------------------|
| Orka                 | 531 kJ/ 127 kkal |
| Fita                 | 7 g              |
| þar af mettuð fita   | 4,5 g            |
| Kolvetni             | 13 g             |
| þar af sykurtegundir | 0,7 g            |
| Prótein              | 2 g              |
| Salt                 | 1,7 g            |



## SÆTKARTÖFLUSALAT

### Innihaldsefni:

Sætar kartöflur, **sýrður rjómi**, majones (repjuolía, **eggjarauður**, vatn krydd, **sinnepsduft**, edik, sykur, salt, rotvarnarefni (E211, E202). Mango chutney (mangó (56%), sykur, salt, sýra (E260), hvítlaukur, cumin, krydd, grikkjasmárafræ, nigellafræ, svört piparkorn, kardamommur, negulnaglar, kryddjurtir), rauðlaukur, gróft **sinnep** (**sinnepsfræ**, vatn, edik, salt, hvítvín, sítrónusýra, náttúruleg bragðefni, kalíummetabísúlfít, túrmerik), hunang, spínat, hvítlauksolía (repjuolía, hvítlaukur, steinselja, kóríander), sítrónusafi, salt, pipar.

### Ofnæmisvaldar eru feitletraðir.

Gæti innihaldið snefil af sesamfræjum og hnetum.

### Næringargildi í 100g:

|                       |                  |
|-----------------------|------------------|
| Orka                  | 713 kJ/ 171 kkal |
| Fita                  | 11 g             |
| þar af mettuð fita    | 1,4 g            |
| Kolvetni              | 16 g             |
| þar af sykurttegundir | 2,7 g            |
| Prótein               | 2 g              |
| Salt                  | 1 g              |



## Brokkolini og gulrætur

**Innihaldsefni:** Brokkolí, gulrætur.

**Ofnæmisvaldar eru feitletraðir.**

Gæti innihaldið snefil af sesamfræjum og hnetum.

**Næringargildi í 100g:**

|                      |                 |
|----------------------|-----------------|
| Orka                 | 157 kJ/ 38 kkal |
| Fita                 | 0,7 g           |
| þar af mettuð fita   | 0,2 g           |
| Kolvetni             | 3,5 g           |
| þar af sykurtegundir | 3,1 g           |
| Prótein              | 3,0 g           |
| Salt                 | 0,0 g           |



## Kalkúnaþýlling

**Innihaldsefni:** Brauðteningar (**hveiti**, sólblómaolía, **hveitiglúten**, salt, sykurl, ger), rjómalíki (**áfir**, hert og óhert páлмаolía, **rjómi**, ýruefni (E472b, E475, E435, E471, E433), bindiefni (E410, E407), D-vítamín, salt, litarefni (E160a)), **sellerí**, laukur, sveppir, **smjör** (**rjómi**, salt), beikonkurl (grísasíða, vatn, salt, þrúgusykurl, bindiefni (E451, E407, E410), þráavarnarefni (E301), rotvarnarefni (E250)), salvía.

**Ofnæmisvaldar eru feitletraðir.**

Gæti innihaldið snefil af sesamfræjum og hnetum.

### Næringargildi í 100g:

|                       |                   |
|-----------------------|-------------------|
| Orka                  | 1116 kJ/ 269 kkal |
| Fita                  | 20 g              |
| þar af mettuð fita    | 12 g              |
| Kolvetni              | 16 g              |
| þar af sykurltegundir | 2,7 g             |
| Prótein               | 4,7 g             |
| Salt                  | 0,8 g             |



## Nýbakað brauð

### Innihaldsefni:

Mjöl (**hveiti**, maltað **hveiti**), vatn, ger, salt, **hveitiglúten**.

**Ofnæmisvaldar eru feitletraðir.**

Gæti innihaldið snefil af sesamfræjum og hnetum.

### Næringargildi í 100g:

|                       |                   |
|-----------------------|-------------------|
| Orka                  | 1016 kJ/ 240 kkal |
| Fita                  | 1,0 g             |
| Þar af mettuð fita    | 0,5 g             |
| Kolvetni              | 49 g              |
| Þar af sykurttegundir | 3,0 g             |
| Prótein               | 7,0 g             |
| Salt                  | 1,2 g             |



## Hvítsúkkulaðimús skymús með ferskum berjum á súkkulaðihjúpaðri vöfflu

**Innihaldsefni:** Sykur, kakósmjör, **nýmjólkurduft**, **mjólk**, ýruefni (**sojalesitín**), **undanrenna**, **hveiti**, smjör (**mjólk**), **egg**, vatn, bláber, jarðarber, hindber, kakósmjör, kakóduft, maíssterkja, salt, bragðefni, bindiefni (pektín), **rjómi**, gelatín, vanillín, sítrónusafi, xantana, litarefni (E160a).

**Ofnæmisvaldar eru feitletraðir.**

Gæti innihaldið snefil af sesamfræjum og hnetum.

### **Næringargildi í 100g:**

|                      |                   |
|----------------------|-------------------|
| Orka                 | 1451 kJ/ 348 kkal |
| Fita                 | 23,2 g            |
| Þar af mettuð fita   | 13,3 g            |
| Kolvetni             | 29,0 g            |
| Þar af sykurtegundir | 25,4 g            |
| Prótein              | 5,6 g             |
| Salt                 | 0,2 g             |