



## Lamba ribeye í black garlic

**Innihaldsefni:** Lamba ribeye (upprunaland Ísland), repjuolía, sjavarsalt, krydd, sojasósa (vatn, **sojabauur**, salt, sykur), pálmafeiti, svartur hvítlaukur, kryddþykkni.

### Næringargildi í 100g:

Orka	1086 kJ/ 261 kkal
Fita	21,3 g
þar af mettuð fita	11,6 g
Kolvetni	0,8 g
þar af sykurtegundir	0,5 g
Prótein	15,5 g
Salt	0,65 g

**Samþykkt af:**

Arnar Freyr Indriðason, gæðastjóri



## HASSELBACH KARTÖFLUR

### Innihaldsefni:

Kartöflur, paprika, nautakraftur (nautafita með þráavarnarefni (E320)).

### Næringargildi í 100g:

Orka	390 kJ/ 73 kkal
Fita	1 g
þar af mettuð fita	0,3 g
Kolvetni	14 g
þar af sykurtegundir	0,3 g
Prótein	2 g
Salt	1,2 g

**Samþykkt af:**

Arnar Freyr Indriðason, gæðastjóri



## 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.

### Næringargildi í 100g:

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

Samþykkt af:

Arnar Freyr Indriðason, gæðastjóri



## FERSKT SALAT

### Innihaldsefni:

**Salat:** Salatblanda, paprika, tómatar, agúrka, rauðlaukur.

**Ólífumix:** Grænar Ólífur í kryddblöndu (Steinlausar grænar ólífur, vatn, salt, sólblómaolía, vínedik, krydd, sýrustillir (E330)), Fetaostur (gerilsneydd **MJÓLK**, salt, kúltúr, ostahleypir, repjuolía, krydd), sólþurkkaðir tómatar (hálf þurkkaðir tómatar, sólblómaolía, paprika, salt, kapers, oregano, chili, hvítlaukur þráavarnarefni (E300, E330)).

**Hnetudressing:** Repjuolía, hrísgrjónaedik (vatn, hrísgrjón, vínandi, salt), sojasósa (vatn, **HVEITI** sojabaunir, salt, rotvarnarefni (E211)), sykur, hnetusmjör (**JARÐHNETUR**), pálmaolía, sjávarsalt, dijon sinnep (vatn, **SINNEPSFRÆ**, edik, salt, rotvarnarefni (kalíummetabí**SÚLFÍT**), þráavarnarefni (E330)), **SESAMOLÍA**, límónusafi, hunang, svartur pipar, engifer, chili duft, rotvarnarefni (E224, inniheldur **SÚLFÍT**).

### Næringargildi í 100g:

Orka	415 kJ/ 100 kkal
Fita	8 g
þar af mettuð fita	1,5 g
Kolvetni	5 g
þar af sykurttegundir	2,7 g
Prótein	2 g
Salt	0,6 g

**Samþykkt af:**

Arnar Freyr Indriðason, gæðastjóri



## GRILLSÓSAN OKKAR

### Innihaldsefni:

**Sýrður rjómi**, majones (repjuolía, **eggjarauður**, vatn, krydd, **sinnepsduft**, sýra (E260), sykur, salt, rotvarnarefni (E211, E202)), hunang, sítrónusafi, repjuolía, graslaukur, salt, karrí, kóríander, hvítlaukur, rotvarnarefni (**súlfít**).

### Næringargildi í 100g:

Orka	1533 kJ/ 366 kkal
Fita	37 g
þar af mettuð fita	5,2 g
Kolvetni	6,4 g
þar af sykurtegundir	5,5 g
Prótein	2,5 g
Salt	0,8 g

**Samþykkt af:**

Arnar Freyr Indriðason, gæðastjóri