



GRAFIÐ NAUT SMÁRÉTTIR

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**), nauta innralæri (upprunaland Ísland), kryddblanda (salt, rósmarín, svartur pipar, oregano, kjötkraftur (salt, vatnsrofin jurtaþrótein), túrmerik, fennel, þrúgusykur, fenugreek, cumin, hvítlauksduft, basilika, kóríander, paprika, cayenne pipar, chili, **selleríduft**).

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



Heitreyktur Lax

Innihaldsefni:

Lax, **sellerírót**, japanskt majónes (repjuolía, **eggjarauður**, vatn, edik, sykur, maltedik (úr **byggi**), **sinnepsduft**, bragðefni (**sinnep**) rotvarnarefni (E385), truffluolía (jómfrúarolía, bragðefni (hvítar trufflur), sykur, kóríander, vatn, **hveiti**, **sojabaunir**, salt, sítrónubörkur, þráavarnarefni (E211), **sesamfræ**.

Ofnæmisvaldar eru feitletraðir.

Gæti innihaldið snefil af hnetum.

Næringargildi í 100g:

Orka	784 kJ/ 187 kkal
Fita	11,4 g
þar af mettuð fita	1,7 g
Kolvetni	0,2 g
þar af sykurtegundir	0,1 g
Prótein	21,1 g
Salt	0,95 g



Hreindýrapaté

Innihaldsefni:

Smjördeig (**hveiti**, vatn, pálmafiti, salt, ýruefni (E471), bragðefni), kjúklingalífur, grísafita, hreindýrakjöt 15%, grísakjöt, 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, rifsberjapykkni, vatn, hleypiefni (E440), sýra (E330), rotvarnarefni (E202, E211)), villijurtir (steinselja, timjan, hvítlauksduft, rósmarín, mynta), timjan, einiber.

Ofnæmisvaldar eru feitletraðir.

Gæti innihaldið snefil af sesamfræjum og hnetum.

Næringargildi í 100g:

Orka	1180 kJ/ 284 kkal
Fita	21,4 g
Þar af mettuð fita	10,8 g
Kolvetni	10,7 g
Þar af sykurtegundir	1,2 g
Prótein	11,7 g
Salt	1,76 g



Smáréttir Nauta Tartar

Innihaldsefni:

Nautalund (upprunaland Danmörk) (60%), ristaðir jarðskokkar, fersk piparrót, graslaukur, hvíttruffluolía (sólblómaolía, hvítar trufflur (*Tuber aestivum* Vitt.)), salt, pipar

Ofnæmisvaldar eru feitletraðir.

Gæti innihaldið snefil af sesamfræjum og hnetum.

Næringargildi í 100g:

Orka	778 kJ/ 186 kkal
Fita	12,8 g
þar af mettuð fita	2,7 g
Kolvetni	4,5 g
þar af sykurtegundir	1,8 g
Prótein	13,0 g
Salt	0,5 g



Smáréttir Humar Tagliatelle

Innihaldsefni: Skelfiskur (**humar**), tagliatelle (durum semolina, **hveiti**, vatn), beikon majónes ((repjuolía, **eggjarauður**, beikon (grísasíða, vatn, salt, þrúgusykur, bindiefni (E451, E407, E410), þráavarnarefni (E301), rotvarnarefni (E250)), vatn, edik, sykur, maltedik (úr **bygg**), **sinnepsduft**, bragðefni (**sinne**p) rotvarnarefni (E385), truffluolía (jómfrúarolía, bragðefni (hvítar trufflur), ólífuolía, bragðefni.

Ofnæmisvaldar eru feitletraðir.

Gæti innihaldið snefil af sesamfræjum og hnetum.

Næringargildi í 100g:

Orka	1247 kJ/ 298 kkal
Fita	17,4 g
þar af mettuð fita	2,5 g
Kolvetni	23,1 g
þar af sykurtegundir	1,0 g
Prótein	12,9 g
Salt	0,46 g



Kalkúnabringa

Innihaldsefni:

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

Ofnæmisvaldar eru feitletraðir.

Næringargildi í 100g:

Orka	411 kJ/ 97 kkal
Fita	1,0 g
þar af mettuð fita	0,4 g
Kolvetni	0,2 g
þar af sykurtegundir	0,2 g
Prótein	22,0 g
Salt	1,7 g



Lamba file 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



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



KALKÚNASÓSA MEÐ SALVÍU

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**), nautakjötþykkni, laukduft, krydd (inniheldur **soja**), bragðefni (**soja**)), madeira vín (madeira vín, salt bragðefni), salvía 0,1%

Næringargildi í 100g:

Orka	460 kJ/ 110 kkal
Fita	11 g
þar af mettuð fita	3,9 g
Kolvetni	2,9 g
þar af sykurtegundir	0,4 g
Prótein	0,8 g
Salt	1,6 g



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 (kalíummetabísÚLFÍT), þráavarnarefni (E330)), **SESAMOLÍA**, límónusafi, hunang, svartur pipar, engifer, chili duft, rotvarnarefni (E224, inniheldur **SÚLFÍT**).

Ofnæmisvaldar eru feitletraðir.

Gæti innihaldið snefil af sesamfræjum og hnetum.

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



Ofnbakaðar kartöflur

Innihaldsefni:

Kartöflur, kryddjurtarolífa, salt.

Ofnæmisvaldar eru feitlettraðir.

Gæti innihaldið snefil af sesamfræjum og hnetum.

Næringargildi í 100g:

Orka	393 kJ/ 74 kkal
Fita	1,2 g
þar af mettuð fita	0,3 g
Kolvetni	15 g
þar af sykurttegundir	0,3 g
Prótein	2 g
Salt	1,4 g



SÆTAKARTÖFLU HELMINGAR

Innihaldsefni:

Sætarkartöflur, hvítlauksolía (repjuolía, hvítlaukur, steinselja, kóríander), krydd (salt, **sesamfræ**, bragðaukandi efni (E621), kryddjurtir, dextrósi).

Næringargildi í 100g:

Orka	519 kJ/ 123 kkal
Fita	3 g
þar af mettuð fita	0,3 g
Kolvetni	22 g
þar af sykurttegundir	0,9 g
Prótein	2 g
Salt	0,7 g



Kalkúnafylling

Innihaldsefni: Brauðteningar (**hveiti**, sólblómaolía, **hveitiglúten**, salt, sykur, ger), rjómalíki (**áfir**, hert og óhert pálmaolía, **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, þrúgusykur, 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 sykurttegundir	2,7 g
Prótein	4,7 g
Salt	0,8 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 sykurtegundir	12,2 g
Prótein	1,5 g
Salt	0,01 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 sykurtegundir	3,0 g
Prótein	7,0 g
Salt	1,2 g