



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 **byggi**), **sinnepsduft**, bragðefni (**sinneþ**) rotvarnarefni (E385), truffluolia (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



Heitreykt Önd Smáréttir

Innihaldsefni: Andabringa (upprunaland Frakkland), salt, sykur, mjöl (**hveiti**, malað **hveiti**, vatn, ger, salt, **hveitiglúten**), rauðlaukur, sykur, klettsalat, majones (repjuolía, **eggjarauður**, vatn, krydd, **sinnepsduft**, sýra (E260), salt, rotvarnarefni (E211, E202)), **sýrður rjómi**, hunang, pipaparrót, sýrustillir (E330), sítrónusafi, hvítlauksolía (repjuolía, hvítlaukur, steinselja), balsamik edik (vínedik, þykkni úr þrúgumusti, rotvarnarefni (**súlfít**), litarefni (E150d)).

Ofnæmisvaldar eru feitletraðir.

Gæti innihaldið snefil af sesamfræjum og hnetum.

Næringargildi í 100g:

Orka	772 kJ/ 185 kkal
Fita	7,5 g
Þar af mettuð fita	1,3 g
Kolvetni	13,8 g
Þar af sykurtegundir	5,3 g
Prótein	14,1 g
Salt	1,06 g



Smáréttir Þorskur með masago hrognum

Innihaldsefni: Þorskur 80%, **masago** hrogn 5%, epli, klettsalat, ristaðir jarðskokkar, balsamik gljái (vínberjahrat, balsamik víns edik Modena PGI 32% (vín edik, vínberjhrats þykkni, soðið vínberjahrat), sykur, umbreytt maíssterkja, litarefni: E 150d. Inniheldur **súlfít**), hvítlauksolía (repjuolía, hvítlaukur, steinselja, kóriander.)

Ofnæmisvaldar eru feitletraðir.

Gæti innihaldið snefil af sesamfræjum og hnetum.

Næringargildi í 100g:

Orka	405 kJ/ 97 kkal
Fita	1,6 g
Þar af mettuð fita	0,1 g
Kolvetni	1,6 g
Þar af sykurttegundir	1,0 g
Prótein	19,0 g
Salt	0,08 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



Nauta Ribeye

Innihaldsefni: Nautakjöt (upprunaland Danmörk).

Ofnæmisvaldar eru feitletraðir.

Gæti innihaldið snefil af sesamfræjum og hnetum.

Næringargildi í 100g:

Orka	891 kJ/ 213 kkal
Fita	15,0 g
þar af mettuð fita	4,9 g
Kolvetni	0,0 g
þar af sykurtegundir	0,0 g
Prótein	19,7 g
Salt	0,17 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 sykurtegundir	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 feitletraðir.

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



GRATÍN KARTÖFLUR - í bakka

Innihaldsefni:

Kartöflur 60%, **nýmjólk**, jurtarjóni (**súrmjólk**, jurtaolía (pálmakjarnaolía, kókosolía, páлмаolía, repjuolía), hert pálmakjarnaolía, 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



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



RANCHSÓSA

Innihaldsefni:

Majones (repjuolía, **eggjarauður**, vatn, krydd, **sinnepsduft**, sýra (E260), sykur, salt, rotvarnarefni (E211, E202)), **sýrður rjómi**, **sætt sinnep** (vatn, edik, sykur, **sinnepsfræ**, salt, krydd), sykur, kryddsósa (tómatmauk, edik (úr **bygg**), melassi, glúkósa- og frúktósasíróp, edik, sykur, döðlur, sterkja, **rúgmjöl**, salt, krydd, bragðefni, tamarind), hvítlaukur, salt, pipar.

Næringargildi í 100g:

Orka	1742 kJ/ 416 kkal
Fita	41,7 g
Þar af mettuð fita	5,1 g
Kolvetni	7,3 g
Þar af sykurttegundir	6,1 g
Prótein	2,8 g
Salt	1,4 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