

# SOP KÖKET

För den goda s(m)akens skull

## FRUKOST/FIKA



Menyerna nedan är exempelmenyer baserade på dagens räddade råvaror. Slutlig meny mailas kvällen innan. Självklart med hänsyn till din beställning, specialkost och allergier. Tveka inte att höra av dig ifall du har frågor eller vill se fler exempel från tidigare event.

Bilden ovan är tagen på en frukostcatering till Avanza. 360 portioner. 0% matrester. 0% plast. 80 portioner skänktes sedan vidare och de minskade matsvinnet med 44 kg, på räddade råvaror från Paradiset Matmarknad och Saltå Kvarn.

## FRUKOST

All vår dryck levereras i glasflaskor med retur tillbaka till oss. Det ger dig ett helt cirkulärt system, i kampen mot plast och onödigt engångsmaterial.

### Frukost Tillräckligt 85 SEK



Smoothie



Dubbelfralla på eko surdegsbröd

### Frukost Hälsa 99 SEK



Smoothie



Hälsoshot



Frukost i glasburk

### Frukost Lyx 119 SEK



Färskpressad juice



Dubbelfralla på eko surdegsbröd



Frukost i glasburk






### Kaffe & Te (räddat och eko - erbjudande för frukostpaket) 2 dl 19 SEK







Serveras med ekologiska och veganska tillbehör

## Bygg din egen Frukost



### Smoothie 250ml 40 SEK

-   Lingon med banan, ingefära, citron och havremjolk
-   Mango med ananas, bananoi, kokos och gurkmeja
-  Blåbär med banan, kardemumma, lime och yoghurt



### Färskpressad juice 250ml xx SEK

-   Äpple med rödbeta och ingefära
-   Grapefrukt med apelsin och citron




### Hälsoshot 6cl 25 SEK

-   Gurkmeja, citron och svartpeppar och ingefära

### Dubbelfralla (på eko surdegsbröd) 49 SEK

-  Grön ärthummus med mynta, rårivna morötter, sesam och ärtskott
-  Rostad rödbeta med balsamico, kikärtshummus, olivolja och grönkål
- Örtsmör med lagrad ost, bladgrönt och röd paprika

### Frukost i glasburk 45 SEK

-  Rågröt med havregryn, kanel och äppelkompott
- Grekisk yoghurt med granola och färsk frukt
-   Chiapudding med kardemumma, blåbär och agave

## FIKA

Tips! Vårt rawfood godis går bra att beställa i större batcher och frysa in. Spara in på onödiga leveranser och ha fika nära till hands, vid varje tillfälle.

### Bakverk (serveras färdigportionerad) 40 SEK

Äppelkaka



Banankaka



Brownie med dadlar, kaffe och mörk choklad, serveras med färsk frukt

### Bakverk (serveras varm) 45 SEK



Saffranspannkaka med dagens räddade frukt eller bär & vispad grädde

Vår berömda äppelpaj på eko äpple med vaniljsås

### Raw Food Godis (serveras som en- eller tvåtuggor) 25/35 SEK



Hallon, lakrits, mandel och dadlar



Tahini, vanilj, cashew och dadlar



Kakao, kokos, flingsalt och dadlar



Vegansk snickers med kokos, jordnötter och mörk choklad

### Kaffe & Te (räddat och eko) 2 dl 24 SEK



Serveras med ekologiska och veganska tillbehör

## OM SOPKÖKET

Välkommen till Sopköket. Vi tar totalgrepp om resursslöseriet. För den goda s(m)akens skull.

Vi erbjuder catering på räddade råvaror från Paradiset Matmarknad, Saltå Kvarn, Bio Food m.fl. Minskar matsvinnet, skapar jobb och skänker måltider.

Det är viktigt för oss att löpa linan ut i kampen mot resursslöseriet. Därför har vi en nollvision matrester efter genomfört event, genom doggybags, samt att skänka vidare. Catering levereras med el-cykel inom Stockholm och all vår catering går att beställa i hållbart flergångsmaterial.

## DAGENS MENY

Observera att menyerna ovan är exempelmenyer som både vi och köket tycker lite extra mycket om, samtidigt som dom fungerar som en överblick av vårt utbud genom säsongerna. Beroende på dagens räddare råvaror kommer recepten att variera, utan att kompromissa på varken smak eller näringsinnehåll såklart. För fler menyer, personliga preferenser och allergier tveka inte att maila oss på [info@sopkoket.se](mailto:info@sopkoket.se).

## MEDLEMSKUND

Bli medlemskund och få en kostnadsfri årssummering av antal kg minskat matsvinn, omvandlat i CO2-avtryck, att använda i ditt företags årliga hållbarhetsrapport.

*“Aldrig förr har kasserad mat smakat så gott. Zucchiniakan var magisk!”*

*Johan Jörgensen, Dagens Industri*

*“Våra grannar, bästa matsamvetet! Trevligt, hållbart och gott. Rekommenderas alla som köper in mat till jobbet!”*

*Elisabeth Erler, Miljömärkning Sverige*



**GLUTENFRITT**



**VÄXTBASERAT**

*Anslutna till kollektivavtalet via HRF-Visita. A-klassade av Stockholms Stads hygienkontroll Miljö och Hälsa. Nominerade Årets Brilljanta Idé, Fast Food Awards 2019. Nominerade Årets Banbrytare, White Guide Sverige 2019.*

**SOP  
KÖKET**

## FRÅGOR & SVAR

Tveka inte att höra av dig till oss ifall du undrar något mer! Du når oss lättast på [info@sopkoket.se](mailto:info@sopkoket.se) eller 073 399 63 08 (Filip).

### **När får jag veta min meny?**

Slutlig meny mailas som PDF senast kvällen innan eventdagen. Det ger oss frihet att använda maximal andel av dagens räddade råvaror till din beställning. Självklart tar vi hänsyn till specialkost och övriga önskemål, enligt order.

### **När är sista beställningsdag?**

Beställning eller korrigerig av antal, allergier och specialkost görs senast 7 dagar innan eventdagen om inte annat överenskommit.

### **Kan jag bestämma i förväg vad jag vill äta?**

Priserna i denna PDF kallas för "räddningspriser". Detta betyder att vi har friheten att anpassa menyn efter dagens räddade råvaror. Vill du försäkra dig om att få en specifik råvara t.ex. kallrökt lax istället för "fisk" i din sommarbuffé eller svensk majs kyckling i din lunchlåda istället för "kött", tillkommer en kostnad på 20 kr/portion. I ursprungligt "räddningspris" tar vi hänsyn till allergier och specialkost. Du kan även ge önskemål som vi gör vårt bästa för att möta. T.ex. helst vego, lax eller kyckling i given turordning.

### **Vad ingår i priset?**

Serveringsmaterial för uppläggning ingår i priset om vi har det till hands och inte behöver hyra in det externt. Vi skickar med en checklista för enkel avbockning inför retur. Skadat eller saknat gods debiteras i efterhand.

### **Vad ingår inte i priset?**

Priset är exkl. transport och moms (mat 12%, övrigt 25%). Serveringsmaterial för förtäring m.m. som t.ex. tallrikar, bestick, dukar etc. ingår ej men går bra att beställa till. Vi tillhandahåller även personal och det finns möjlighet att arrendera lokal. Tveka inte att höra av er vid andra frågor!

### **Har ni något max antal per beställning?**

Minimiantal och maxantal på våra caterings beror på vad ni väljer från vår meny, kontakta oss så hittar vi en lösning som passar er.

### **Hur beställer jag?**

Vänligen använd formuläret på [www.sopkoket.se/catering](http://www.sopkoket.se/catering) eller maila [info@sopkoket.se](mailto:info@sopkoket.se).  
Vid eventuell brådskande beställning, vänligen hör av dig till oss på 073 399 63 08.