



# Hörðuvallaskóli

Matseðill desember 2017



Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
<b>27. nóv</b>	<b>28. nóv</b>	<b>29. nóv</b>	<b>30. nóv</b>	<b>1. des</b>
Ýsa í orlý m/soðnum kartöflum og sósu. Salatbar og ávextir	Kjúklingaborgari, m/brauði, káli, tómötum, gúrku og papriku, kartöflubátum og sósu. Ávextir	Hrísgrjónagrautur m/kanilsykri, rúsínum, lifrapylsu og blóðmör. Ávextir	Heimalagaður plokkfiskur m/rúgbrauði. Salatbar og ávextir.	Óvissuferð. Salatbar og ávextir
<b>4. des</b>	<b>5. des</b>	<b>6. des</b>	<b>7. des</b>	<b>8. des</b>
Ýsa í kókosraspi m/kartöflum og sósu. Salatbar og ávextir	Kjúklingabollur í B.B.Q m/brúnum hrísgrjónum og maísbaunum. Salatbar og ávextir	Skyr m/rjómblandi og brauð með áleggji. Ávextir	Gufusoðin ýsa m/bræddu smjöri og soðnum kartöflum. Salatbar og ávextir	Lasagna m/grófu brauði. Salatbar og ávextir
	<b>kakó og piparkökur 4. b</b>	<b>kakó og piparkökur 1.-3. b</b>		
<b>11. des</b>	<b>12. des</b>	<b>13. des</b>	<b>14. des</b>	<b>15. des</b>
Heimalagaður ofnbakaður fiskur í karrýsósu m/brúnum hrísgrjónum. Salatbar og ávextir	Kjötfarsbollur m/hvítkáli, bræddu smjöri og soðnum kartöflum. Salatbar og ávextir	Mexikósk súpa m/kjúklingi, grænmeti, tortillaflögum, rifnum osti og sýrðum rjóma. Ávextir	Fiskibollur m/brúnni sósu, soðnum kartöflum og rabarbarasultu. Salatbar og ávextir	<b>Jólamáltíð</b> Hamborgarhryggur m/sykurbrúnuðum kartöflum, rjómalagaðri sósu, rauðkáli, grænar baunum og ávaxtasalati. Ís
	<b>Kakó og piparkökur hjá 8.-10.b.</b>			
<b>18. des</b>	<b>19. des</b>	<b>20. des</b>	<b>21. des</b>	<b>22. des</b>
Ýsa í raspi m/soðnum kartöflum og sósu. Salatbar og ávextir	Heitur pastaréttur m/heilhveiti- skrúfum, baconi, grænmeti og ostasósu. Ávextir	<b>Litlu jólin</b>	<b>Jólaleyfi hefst</b>	
<b>kakó og piparkökur 5. og 7. b</b>	<b>kakó og piparkökur 6. b</b>			
<b>Matseðillinn er birtur með fyrirvara um breytingar</b>				

Matreiðslumaður Hörðuvallaskóla Hildur Sigurðardóttir

[hildur.sig@kopavogur.is](mailto:hildur.sig@kopavogur.is)