



Hörðuvallaskóli

Matseðill febrúar 2026

Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
2. feb.	3. feb.	4. feb.	5. feb.	6. feb.
Langa í sítrónusmjöri m/soðnum kartöflum og hvítlaukssósu. Grænmeti og ávextir	Grænmetislasagna m/brauðbolli. Grænmeti og ávextir.	Píta m/skinka, grænmeti og pítusósu. Ávextir	Léttsöltuð ýsa m/bræddu smjöri og soðnum kartöflum. Grænmeti og ávextir	Kjötbollur m/brúnni sósu, kartöflumús, rauðkáli, grænum baunum og sultu. Ávextir
9. feb.	10. feb.	11. feb.	12. feb.	13. feb.
Ýsa í raspi m/soðnum kartöflum og kokteilsósu/ tómatsósu. Grænmeti og ávextir	Kjúklingasnitset m/kartöflum og kaldri sósu. Grænmeti og ávextir	Hrísgjónagrautur m/kanilsykri, rúsínum, lifrapylsu og blóðmör. Ávextir	Gufusoðin ýsa m/bræddu smjöri og soðnum kartöflum. Grænmeti og ávextir	Grísastrimlar m/hrísgjónum og súrsætri sósu. Grænmeti og ávextir
16. feb.	17. feb.	18. feb.	19. feb.	20. feb.
Bolludagur Fiskibollur m/brúnni sósu, soðnum kartöflum og rabarbarasultu. Grænmeti og ávextir	Sprengidagur Saltkjöt m/jafningi, soðnum kartöflum og grænum baunum. Ávextir	Öskudagur Pizza og safi	Vetrarfrí	Vetrarfrí
23. feb.	24. feb.	25. feb.	26. feb.	27. feb.
Þorskur í K.F.C raspi m/soðnum kartöflum og kokteilsósu/ tómatsósu. Grænmeti og ávextir	Grænmetisbollur í konflexhjúp m/byggi og paprikusósu. Grænmeti og ávextir	Íslensk kjötsúpa m/lambagúllasi, rófum, gulrótum, lauk, hvítkáli, kartöflum og grjónum. Ávextir	Heimalagaður plokkfiskur m/rúgbrauði. Grænmeti og ávextir	Tortilla m/nautahakki, grænmeti (velja sjálf), salsasósu, rifnum osti og sýrðum rjóma. Ávextir
Ávallt tvær tegundir af ávöxtum og fjölbreytt úrval af grænmeti.				
Munið að tilkynna um fæðuóþol eða ofnæmi til Hildar hildur.sig@kopavogur.is matreiðslumanns Hörðuvallaskóla. Einnig þarf að skila vottorði frá lækni í mötuneytið eða í móttöku hjá ritara.				