



Hörðuvallaskóli

Matseðill maí – júní 2026

Mánudagur	Priðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
4. maí. Léttsöltuð ýsa m/bræddu smjöri og soðnum kartöflum. Grænmeti og ávextir	5. maí. Grísnitsel (lærakjöt) m/kartöflum og kaldri sósu. Grænmeti og ávextir	6. maí. Hrísgrjónagrautur m/kanilsykri, rúsínum, lifrapylsu og blóðmör. Ávextir	7. maí. Fjölgreindarleikar <i>Grillað og borðað úti.</i> <i>Kl:11:50-12:30</i> Pylsur m/öllu tilheyrandi. Capri sun.	8. maí. Kjúklingaborgarar m/brauði, káli, gúrkum, tómötum, papriku og kartöflubátum. Ávextir
11. maí. Langa í franskri hvítlauksmarineringu. m/soðnum kartöflum og hvítlaukssósu. Grænmeti og ávextir.	12. maí. Spaghetti bolognese (nautahakk). Grænmeti og ávextir	13. maí. Kalkúnabollur í BBQ m/hrísgrjónum og maísbaunum. Grænmeti og ávextir	14. maí. Uppstigningardagur	15. maí. Skipulagsdagur
18. maí. Ýsa í raspi m/soðnum kartöflum og kokteilsósu/tómatsósu. Grænmeti og ávextir	19. maí. Danskar hakkbollur (án allra aukaefta) m/brúnni sósu, kartöflumús, rauðkáli, grænum baunum og sultu. Ávextir <small>3. árg. Á Hraðastöðum kl:10-12</small>	20. maí. Píta m/skinu-strimlum, grænmeti og pítusósu. Ávextir	21. maí. Gufusoðin ýsa m/bræddu smjöri og soðnum kartöflum. Grænmeti og ávextir	22. maí. Tortilla m/nautahakki, grænmeti (velja sjálf), salsasósu, rifnum osti og sýrðum rjóma. Ávextir
25. maí. Annar í Hvítasunnu	26. maí. Kjötlasagna m/brauðbollu. Grænmeti og ávextir.	27. maí. Hrísgrjónagrautur m/kanilsykri, rúsínum, lifrapylsu og blóðmör. Ávextir	28. maí. Fiskibollur m/brúnni sósu, soðnum kartöflum og rabarbarasultu. Grænmeti og ávextir	29. maí. Úrbeinuð kjúklingalæri í kolakryddi m/hrísgrjónum. Grænmeti og ávextir
1. júní. Ýsa í orlý m/hrísgrjónum og súrsætri sósu. Grænmeti og ávextir	2. júní. Chili con carne m/hrísgrjónum og sýrðum rjóma. Grænmeti og ávextir <small>7. árg. óvissuferð</small>	3. júní. Grænmetisbuff m/byggi og paprikusósu. Grænmeti og ávextir <small>7. árg. fótboltamót</small>	4. júní. Skólahlaup Heimalagaður plokkskur m/rúgbrauði. Grænmeti og ávextir	5. júní. Vordagur skertur dagur <i>kl:9:00-12:00</i> <i>Pizza og safi</i> <i>5. -7. árg.</i> ----- <i>Hörðuvallaleikar</i> <i>Yngsta stig 1. -4. árg.</i> <i>Skyr og ostaslaufa.</i> <i>Ath allir borða á sama tíma</i>
8. júní. Vordagur skertur dagur <i>kl:9:00-12:00</i> <i>Pizza og safi</i> <i>Yngsta stig 1. -4. árg.</i> ----- <i>Hörðuvallaleikar</i> <i>5. -7. árg.</i> <i>Skyr og ostaslaufa.</i> <i>Ath allir borða á sama tíma</i>	9. júní. Vordagur skertur dagur <i>kl:9:00-12:00</i> <u><i>Guðmundarlundur</i></u> <i>Hamborgari,</i> <i>Prince polo og</i> <i>capri sun</i> <i>1.-7. árg</i>	10. júní. Skólaslit	11. júní. Skipulagsdagur	12. júní. Skipulagsdagur

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.



Hörduvallaskóli

Matseðill maí – júní 2026