



# Hörðuvallaskóli

Matseðill maí – júní 2026

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

Ávallt tvær tegundir af ávöxtum og fjölbreytt úrval af grænmeti.

Munið að tilkynna um **fæðuóþol** eða **ofnæmi** til Hildar [hildur.sig@kopavogur.is](mailto:hildur.sig@kopavogur.is) matreiðslumanns Hörðuvallaskóla.

Einnig þarf að skila vottorði frá lækni í mötuneytið eða í móttöku hjá ritara.