



# Hörðuvallaskóli

Matseðill apríl 2023

Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
10. apríl	11. apríl	12. apríl	13. apríl	14. apríl
<b>Annar í páskum</b>	Sænskar kjötbollur m/brúnni sósu, kartöflum, rauðkáli og grænum baunum. Grænmeti og ávextir	Hrísgjónagrautur m/kanilsykri, rúsínum, lifrapylsu og blóðmör. Ávextir	Léttsöltuð ýsa m/bræddu smjöri og soðnum kartöflum. Grænmeti og ávextir	Úrbeinuð kjúklingalæri í kolakryddi m/hrísgjónum. Grænmeti og ávextir
17. apríl	18. apríl	19. apríl	20. apríl	21. apríl
Ýsubitar í raspi m/soðnum kartöflum og kokteilsósu/tómatsósu. Grænmeti og ávextir	Kalkúnabollur í BBQ m/hrísgjónum og maísbaunum. Grænmeti og ávextir	Heitur pastaréttur m/heilhveitipastapenne, pylsubitum, grænmeti og tómatinosósa. Ávextir.	<b>Sumardagurinn fyrsti</b>	Grísnitsel (innralæri) m/kaldri bernaisósósu og soðnum kartöflum. Grænmeti og ávextir
24. apríl	25. apríl	26. apríl	27. apríl	28. apríl
Ýsa í orlý m/hrísgjónum og súrsætri sósu. Grænmeti og ávextir	Íslensk kjötsúpa m/lambagúllasi, rófum, gulrótum, lauk, hvítkáli, kartöflum og grjónum. Ávextir	Grænmetisbuff m/byggi og paprikusósu. Grænmeti og ávextir	Gufusoðin ýsa m/bræddu smjöri og soðnum kartöflum. Grænmeti og ávextir	Píta m/nautahakki, grænmeti og pítusósu. Ávextir.
1. maí	2. maí	3. maí	4. maí	5. maí
<b>Verkalýðsdagurinn</b>	Grænmetistlasagna m/brauðbollu. Grænmeti og ávextir.	Ungversk gúlassúpa m/nautagúllasi, grænmeti og grófu brauði. Ávextir	Heimalagaður plockfiskur m/rúgbrauði. Grænmeti og ávextir	Kfc hjúpuð kjúklingalæri, franskar og köld sósa. Grænmeti og ávextir
<b>Matseðillinn er birtur með fyrirvara um breytingar</b>				



# Hörðuvallaskóli

Matseðill apríl 2023

Grænkeraseðill				
Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
10. apríl	11. apríl	12. apríl	13. apríl	14. apríl
<b>Annar í páskum</b>	Grænmetisbuff m/brúnni sósu, soðnum kartöflum og rabarbarasultu. Grænmeti og ávextir	Vegan-hrísgrjónagrautur m/kanilsykri og rúsínum. Ávextir	Svartbaunabuff m/brokkólí, blómkáli og sætkartöflu bátum. Grænmeti og ávextir	Kjúklingabauna-karrý m/hrísgrjónum. Grænmeti og ávextir
17. apríl	18. apríl	19. apríl	20. apríl	21. apríl
Baunapotröttur. Grænmeti og ávextir	Falafel bollur m/hrísgrjónum, sósu og maísbauum. Grænmeti og ávextir	Heitur pastaréttur m/heilhveitipastapenne, kjúklingabaunum, grænmeti og sósu. Ávextir.	<b>Sumardagurinn fyrsti</b>	Snitsel (vegan) m/kaldri bernaisósósu og soðnum kartöflum. Grænmeti og ávextir
24. apríl	25. apríl	26. apríl	27. apríl	28. apríl
Vegan-vorrúllur m/hrísgrjónum og súrsætri sósu. Grænmeti og ávextir	Íslensk grænmetissúpa m/rófum, gulrótum, lauk, hvítkáli, kartöflum og grjónum. Ávextir	Grænmetisbuff m/byggi og paprikusósu. Grænmeti og ávextir	Kínóa og grænkálsbuff m/soðnum kartöflum. Grænmeti og ávextir	Píta m/vegan-hakki, grænmeti og pítusósu. Ávextir.
1. maí	2. maí	3. maí	4. maí	5. maí
<b>Verkalýðsdagurinn</b>	Grænmetislasagna m/brauðbollu. Grænmeti og ávextir.	Grænmetissúpa og gróft brauð. Ávextir	Fyllt paprika m/vegan hakki og linsubaunum. Grænmeti og ávextir	Vegan-naggar, franskar og köld sósa. Grænmeti og ávextir
Matseðillinn er birtur með fyrirvara um breytingar				