

MÁNUDAGUR

25.08.2025

HÁDEGISMATUR

Aðalréttur

Kornflex fiskibollur með hýðisgrjónum og karrýsósu

Veganréttur

Kornflex grænmetisbollur með hýðishrísgjónum og vegan sósu

Meðlætisbar

Brokkolí - Tómatar - Gúrkur - Gulrætur - Epli - Appelsínur

MIDVIKUDAGUR

27.08.2025

HÁDEGISMATUR

Aðalréttur

Kjúklingur í tikkamasala með hýðishrísgjónum og jógurtsósu

Veganréttur

Vegan tikkamasala með hýðishrísgjónum og vegan sósu

Meðlætisbar

Tómatar - Paprikur - Blómkál - Gulrætur - Epli - Gul melóna

FÖSTUDAGUR

29.08.2025

HÁDEGISMATUR

Aðalréttur

Grjónagrautur, slátur og brauð með áleggi

Veganréttur

Vegan grjónagrautur með brauði og vegan áleggi

Meðlætisbar

Úrval ávaxta og grænmetis

ÞRIÐJUDAGUR

26.08.2025

HÁDEGISMATUR

Aðalréttur

Hakkabuff með steinseljukartöflum og lauksósu

Veganréttur

Vegan hakkabuff með steinseljukartöflum og vegan sósu

Meðlætisbar

Rauðkál - Spínat - Paprikur - Gúrkur - Perur - Bananar

FIMMTUDAGUR

28.08.2025

HÁDEGISMATUR

Aðalréttur

Chilli con carne með hýðishrísgjónum, sýrðum rjóma og osti

Veganréttur

Chilli sin carne með hýðishrísgjónum, vegan sýrðum rjóma og osti

Meðlætisbar

Gular baunir - Paprikur - Tómatar - Gúrkur - Epli - Bananar

MÁNUDAGUR

01.09.2025

HÁDEGISMATUR

Aðalréttur

Steiktur fiskur með kartöflum og karrýsætsósu

Veganréttur

Brokkolí- og blómkálskoddar með kartöflum og vegan sósu*

Meðlætisbar

Sítrónur – Brokkolí – Gulrætur – Túnfiskur – Kotasæla – Epli – Appelsínur

MIDVIKUDAGUR

03.09.2025

HÁDEGISMATUR

Aðalréttur

Soðin ýsa með kartöflum, bræddu smjöri og rúgbrauði

Veganréttur

Sætkartöflubollur með kartöflum og vegan sósu

Meðlætisbar

Blómkál – Rófur – Gúrkur – Paprikur – Epli – Vatnsmelóna

ÞRIÐJUDAGUR

02.09.2025

HÁDEGISMATUR

Aðalréttur

Kjúklingabollur með steiktum kartöflum og tzaziki sósu

Veganréttur

Chillibollur með steiktum kartöflum vegan sósu*

Meðlætisbar

Gular baunir – Paprikur – Gúrkur – Tómatar – Perur – Bananar

FIMMTUDAGUR

04.09.2025

HÁDEGISMATUR

Aðalréttur

Asískar kjúklinganúðlur og gróft rúnstykki

Veganréttur

Asískar grænmetisnúðlur og gróft rúnstykki

Meðlætisbar

Brokkolí – Gulrætur – Gúrkur – Gular baunir – Epli – Bananar

FÖSTUDAGUR

05.09.2025

HÁDEGISMATUR

Aðalréttur

Íslensk kjötsúpa og skólabolla

Veganréttur

Íslensk grænmetissúpa með skólabollu

Meðlætisbar

Úrval ávaxta og grænmetis

MÁNUDAGUR

08.09.2025

HÁDEGISMATUR

Aðalréttur

Fiskibollur með kartöflum og lauksósu

Veganréttur

Gulrótar- og linsubaunabuff með kartöflum og vegan sósu

Meðlætisbar

Rófur - Blómkál - Paprikur - Gulrætur - Epli - Appelsínur

MIÐVIKUDAGUR

10.09.2025

HÁDEGISMATUR

Aðalréttur

Lambapotttréttur í rjómapiparsósu með hýðishrísgrjónum

Veganréttur

Falafel bollur með hýðishrísgrjónum og vegan sósu

Meðlætisbar

Brokkolí - Gulrætur - Gúrkur - Rauðkál - Epli - Gul melóna

ÞRIÐJUDAGUR

09.09.2025

HÁDEGISMATUR

Aðalréttur

Kjúklingaborgari með bátakartöflum, grænmeti og sósu

Veganréttur

Vegan borgari og bátakartöflur

Meðlætisbar

Kál - Gúrkur - Paprikur - Tómatar - Rauðlaukur - Perur - Bananar

FIMMTUDAGUR

11.09.2025

HÁDEGISMATUR

Aðalréttur

Spaghetti bolognese með parmesan osti

Veganréttur

Vegan spaghetti bolognese

Meðlætisbar

Tómatar - Gúrkur - Paprikur - Gular baunir - Epli - Bananar

FÖSTUDAGUR

12.09.2025

HÁDEGISMATUR

Aðalréttur

Ítölsk kjúklingasúpa með pasta og skólabollu

Veganréttur

Ítölsk grænmetissúpa með pasta og skólabollu

Meðlætisbar

Úrval ávaxta og grænmetis