

 	Matseðill fyrir Heimaþjónustu. Breytingar á mataráskrift þinni, þ.e.a.s. bæta við dögum eða afpanta, hafið samband við félagsþjónustu bæjarfélags þíns.
miðvikudagur, 1. október 2025 Grísabuff með steiktum lauk og sveppum, grænar baunir, sveppasósu, st.kartöflum. Tómat súpa. Pork patty with fried onion & mushroom, green beans, mushroom sauce, potatoes Tomato soup	
fimmtudagur, 2. október 2025 Gufusoðin Ýsa með Hollandissósu, smjörgljáðar kartöflur með dilli, hrisgrjónum og grænmeti. Gulróta og engifer súpa. Steam boiled cod with dill glazed potatoes, Hollandaise sauce, rice, vegetables. Carrot & ginger soup	
föstudagur, 3. október 2025 BBQ St. Kjúklingabringa, sætri kartöflumús, maískorni, rjómalögð Estragon sósa. Kartöflusúpa með lauk og beikoni. Jarðaberjamús með Bbq chicken breast, sweet potato mash, maize, creamy made Estragon sauce. Potato soup with onion & bacon Strawberry fromage with	
laugardagur, 4. október 2025 Plokkfiskur með kartöfluteningum, rúgbrauði og smjöri. Vanillubúðingur með jarðaberjagrait. Fish stew with boiled potatoes, rye bread & butter. Vanilla pudding with strawberry cream	
sunnudagur, 5. október 2025 Marineraðar Grísa sneiðar (kambur), smjörgljáð maís, bakað blómkál með hvítlaukspipar, Kryddsmjör og hrásalat Súpa dagsins. Marinated Pork Chops, Butter Glazed Corn, Baked Cauliflower with Garlic Peppers, Spiced Butter and Lettuce Soup of the Day.	
mánudagur, 6. október 2025 Lamba Karrý -kókos gúllas með grænmeti. Hrisgrjón, soðnum kartöflum, smábrauði og smjöri. Grísk Kartöflusúpa. Lamb curry-coconut goulash with vegetables, boiled potatoes, rice, bread and butter. Greek potato soup	
þriðjudagur, 7. október 2025 St. þorskur Munier með bacon og blaðlauk, soðnar kartöflur og gulrætur, smjör. Drottningagrautur. Breaded Cod with bacon & leek, boiled potatoes, carrots and butter Raspberry/strawberry soup.	
miðvikudagur, 8. október 2025 Grísa snitsel með St-kartöflum (salt-pipar-kjúkl-krydd), grænmetis blöndu. Aspas og kjúklinga súpa. Pork schnitzel with pan fried potatoes, vegetables. Asparagus & chicken soup	
fimmtudagur, 9. október 2025 Ofnbakaður Þorskur með humarsósu, soðnum kartöflum og brokkólí Eplagrautur. Oven baked Cod with lobster sauce, boiled potatoes, broccoli Apple soup.	
föstudagur, 10. október 2025 St. Kalkúnabringa, appelsínusósa, sumarblanda, St. kartöflur með miðjarðarhafskryddi. Sætkartöflumauksúpa. Panna Cotta með Baked turkey breast with orange sauce, vegetables, mediterranean seasoned potatoes Sweet potato soup. Panna Cotta with strawberry	
laugardagur, 11. október 2025 Djúpsteikt ýsa, hrisgrjón og súrsæt sósa Grísk Kartöflumauksúpa og smábrauð. Deep fried haddock with sweet and sour sauce Greek potato soup & bread	
sunnudagur, 12. október 2025 Ungversk Gúlassúpa (Nautakjöt, kartöflur, gulrætur, sellery, laukur, kryddjurtir) smábrauð og smjör. Hungarian goulash soup (Beef, potatoes, carrots, celery, onion, herbs), bread & butter	
mánudagur, 13. október 2025 Hakkað kjöt og spagetti Bolognese með smábrauð og smjöri. Mexíkósk papríku súpa. Minced meat and spaghetti Bolognese with small bread and butter. Mexican Paprika Soup.	
þriðjudagur, 14. október 2025 Steiktar fiskibollar með léttippraðri lauksósu, gulrótum, smjörgljáðum kartöflum. Rabbabagrautur. Pan fried fish balls with light peppered onion sauce, butter glazed potatoes. Rhubarb soup.	
miðvikudagur, 15. október 2025 Mexíkóskur kjúklinga réttur með hrisgrjónum Nachos og ostasósu. Baquette brauð og smjör. Grænmetissúpa með rjóma. Mexican chicken dish with rice, nachos and cheese sauce. Baquette bread and butter. Vegetable soup with cream.	
Dagar 16- 31 vinsamlega snúið matseðlinum við Réttir geta breyst ef vörur eru ekki fáanlegar. Athugasemdir vegna matar þá er haft samband við Veislulist í síma 555-1810. Prentvæn útgáfa af matseðli er á heimasíðu einnig orkustuðlar og ofnæmisvaldar. Þeir sem vilja fá matseðil á email í pdf formi sendið á info@veislulist.is heimaþjónusta.	

 	Matseðill fyrir Heimapjónustu. Breytingar á mataráskrift þinni, þ.e.a.s. bæta við dögum eða afpanta, hafið samband við félagsþjónustu bæjarfélags þíns.
	fimmtudagur, 16. október 2025 Plokkfiskur með kartöfluteningum, rúgbrauði og smjöri. Vanillubúðingur með jarðaberjagraut. <i>Fish stew with boiled potatoes, rye bread & butter. Vanilla pudding with strawberry cream</i>
	föstudagur, 17. október 2025 Gljád grísasteik með sykurb-kartöflum, rjómalöguð rauðvínssósa, grænmetisblanda (Mexico). Aspássúpa. Donuts m/ Súkkulaði Minni. <i>Seared steak of pork with sugar glazed potatoes, creamy made mushroom sauce, vegetable mix Asparagus soup Donut</i>
	laugardagur, 18. október 2025 St. Steinbítur Munier á hrisgrjónum og gulrótateningum, hvítvins piparsósa og soðnum kartöflum. Grísk kartöflusúpa. <i>Baked Wolfish Munier on rice, carrot cubes, white wine-pepper sauce, potatoes. Greek potato soup</i>
	sunnudagur, 19. október 2025 Steikt lambalæri með grænum baunum(ORA), sykurbínuðum kartöflum, rabbabarasultu og rauðvissósu. Aspássúpa.
	mánudagur, 20. október 2025 Kjúklingapottréttur með grænmeti (sveppir, paprika, græn-baunir, gulrætur, maiskorn), hrisgrjónum, smábrauði og smjöri. Karry-kókos <i>Chicken stew with mushroom, bell pepper, carrots, green beans, maize, rice, bun and butter. Curry-coconut soup.</i>
	þriðjudagur, 21. október 2025 Nætusaltaðir Þorsbítar með soðnum kartöflum, rófuteningum, 2*10gr smjörstykki og rúgbrauði. Grjónagrautur og kanelsykur. <i>Over night salted cod with potatoes, diced beets, rye bread and butter 2*10gr Pudding rice with cinnamon.</i>
	miðvikudagur, 22. október 2025 Hakkað buff (Naut & Svínakjöt) með mildri piparsósu, papriku steiktum kartöflum og sumarblöndu. Minestrónesúpa smábrauð og smjör. <i>Minced steak (Beef & Pork) with mild pepper sauce, peppers, fried potatoes and a summer mix. Minestrone soup, bread and butter.</i>
	fimmtudagur, 23. október 2025 Djúpsteikt ýsuflök með bleikri tartarsósu, hrisgrjónum, gufus.kartöflum. Gulrótarmauksúpa. <i>Deep-fried haddock fillets with pink tartar sauce, rice, and steamed potatoes. Carrot purée soup</i>
	föstudagur, 24. október 2025 Ofnbakaður lax með rôtargrænmeti, smjörgljáðum kartöflum, Bernaissósu. Sveppasúpa. Kannelsnúður. <i>Oven baked salmon with root vegetables, butter glazed potatoes, Bernais sauce. Mushroom soup Cinnamon bun</i>
	laugardagur, 25. október 2025 Ofnbökuð Ýsa í hvítlauk og basil, Bakaðir sætkartöflubitar, Bankabygg með papriku og lauk. Súpa Agnes Sorel bætt með Brandý og <i>Oven baked Haddock in garlic and basil, baked sweet potatoes, Barley with paprika and onions Soup Agnes Sorel with Brandy & bread</i>
	sunnudagur, 26. október 2025 St kalkúnarsnitsel með st-kartöflum (Pipar-steinselju), Rusticana blanda, Sveppa piparsósa og þúrtvíni. Berja-hafra smoothie. <i>Turkey schnitzel with pan fried potatoes, Rusticana mix, Mushroom pepper sauce and port. Berry-oat smoothie.</i>
	mánudagur, 27. október 2025 St. kjötbúðingur með beikonsósu, st kartöflum í timian, grænar baunir og rauðkáli. Bláðlauksúpa. <i>Meatloaf with bacon sauce, thyme-roasted potatoes, green beans, and red cabbage. Starter: Leek soup.</i>
	þriðjudagur, 28. október 2025 Steiktur þorskur í raspi með, soðnar kartöflur og dill, gulrótarsneiðar, köld hunangs-sinnepssósa. Kakósúpa og tvíbaka. <i>Fried breaded cod with boiled potatoes and dill, carrot slices, and a cold honey-mustard sauce. Cocoa soup with zwieback (crisp toast).</i>
	miðvikudagur, 29. október 2025 Grísapottréttur, gulrætur, paprika í súrsætri sósu með hvítum hrisgrjónum, smábrauði og smjöri. Graskerssúpa bætt með rjóma. <i>Pork stew, carrots, peppers in sweet and sour sauce with white rice, small bread and butter. Pumpkin soup added with cream.</i>
	fimmtudagur, 30. október 2025 Soðin ýsuflök með soðnum kartöflum, gulrótum, rúgbrauði og smjöri. Grjónagrautur, kanilsykur og Lifrapylsa. <i>Boiled cod with boiled potatoes, carrots, rye bread and butter Pudding rice with cinnamon and liver sausage.</i>
	föstudagur, 31. október 2025 St Kjúklingabringa Piri piri, kartöflur með smjöri og dilli, rôtargrænmeti og Hvítvins-sinnepssósu. Blómkálsúpa Bláberja skyrdesert. <i>Chicken breast Piri piri, potatoes butter and dill, root vegetables, White wine-mustard sauce. Cauliflower soup Blueberry skyrdesert.</i>
Réttir geta breyst ef vörur eru ekki fáanlegar. Athugasemdir vegna matar þá er haft samband við Veislulist í síma 555-1810. Prentvæn útgáfa af matseðli er á heimasíðu einnig orkustuðlar og ofnæmisvaldar. Þeir sem vilja fá matseðil á email í pdf formi sendið á info@veislulist.is heimapjónusta.	