



# Matseðill janúar 2022

Leikskólinn Garðasel

Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
3 Skipulagsdagur	4 Soðinn fiskur, kartöflur, grænmeti og smjörfeiti  Gróft brauð / hrökkbrauð ostur og paprika	5 Pizza, kartöfubátar og AB-kokteilsósa  Gróft brauð m / osti, epli	6 Steiktur fiskur, grjón, grænmeti og sósa  Ristað brauð með osti	7 Pastaréttur með kúrbít og baconi / heimabakað brauð  Flatkökur og hrökkbrauð, ostur og kæfa
10 Kjúklinga-núðlusúpa og heimabakað brauð  Gróft samlokubrauð / ostur	11 Soðinn fiskur, kartöflur, grænmeti og smjörfeiti  Gróft brauð og hrökkbrauð, álegg	12 Hakk og spaghetti, grænmeti  Heimabakað brauð – hrökkbrauð, álegg	13 Fiskréttur með grjónum og grænmeti  Ristað brauð með osti	14 Svinn héri, kartöflumús, nelónusalat og sósa  Flatkökur, hrökkbrauð, ostur og paprika
17 Fiskibollur, kartöflur, grænmeti og sósa  Gróft samlokubrauð, ostur og bananar	18 Kjúklingaleggir, grjón, salat og sósa  Gróft brauð og hrökkbrauð, álegg / smurostur	19 Grislingabollur, grjón, salat og sósa  Heimabakað brauð og hrökkbrauð með áleggi	20 Soðinn fiskur, grjón, grænmeti og karrýsósa  Ristað brauð, ostur	21 Skyr og skonsur með áleggi  Flatkökur og hrökkbrauð, kæfa og ostur
24 Grjónagrautur og slátur  Gróft samlokubrauð / gúrkur, bananar	25 Nætursaltaður fiskur, rófur, kartöflur og smjörfeiti  Gróft brauð og hrökkbrauð, álegg	26 Grænmetis-lasagne og salsa salat  Heimabakað brauð, hrökkbrauð og álegg	27 Fiskifarshleifur, kartöflur, grænmeti og tómatsósa  Ristað brauð með osti	28 Lambagúllas, sæt kartöflumús og grænmeti  Hrökkbrauð og flatkökur, ostur og kotasæla / paprika
31 Grænmetissúpa og heimabakað brauð  Brauð og hrökkbrauð, álegg				

Morgunmatur	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
	Hafragrautur og döðlur, kornflex og þorskalýsi	Hafragrautur og rúsínur, cherios og þorskalýsi	Hafragrautur og döðlur, kornflex og þorskalýsi	Hafragrautur og rúsínur, cherios . Þorskalýsi	Hafragrautur og döðlur, cherios og þorskalýsi