



Matseðill janúar 2026.

Leikskólinn Garðasel

Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
5. Spínatbuff, hrísgrjón, soðið grænmeti, karrysósá. Heimabakað fjölkornabrauð, hrökkbrauð, smjör, banani.	6. Soðinn fiskur, kartöflur, soðið blómkál, gulrætur og smjörfeiti. Heimbakað sólkjarnabrauð, hrökkbrauð, ostur.	7. Blómkálssúpa, heimabakað heilhevitibrauð, egg og kaviar. Flatkökur, hrökkbrauð, smjör og lifrakæfa, vatnsmelóna.	8. Steiktur fiskur, bygg, soðin brokkóliblanda, köld sósa. Ristað brauð, hrökkbrauð, ostur, banani.	9. Nautahakkbollur, kartöflur, soðið grænmeti, sveppasósá. Heimabakað sólkjarnabrauð, hrökkbrauð, smjör og epli.
12. Steiktir kjúklingaleggir, steiktar kartöflur, paprika og gúrka, paprikusósá. Heimabakað kúmenbrauð, hrökkbrauð, smjör, banani.	13. Soðinn fiskur, kartöflur, soðið blómkál og gulrætur. Heimbakað graskersbrauð, hrökkbrauð, smjör, tómatar.	14. Sætkartöflu og gulrótarsúpa, heimabakaðar heilhevitibollar, lifrakæfa. Flatkökur, hrökkbrauð, smjör og ostur, appelsína.	15. Keila í karrymarineringu, bygg, soðið grænmeti. Ristað brauð, hrökkbrauð, ostur, banani.	16. Kókoshakkréttur, hrísgrjón, bananar. Heimabakað sólkjarnabrauð, hrökkbrauð, smjör og gúrka, ávaxtabiti.
19. Kalkúnahakkhleifur, hrísgrjón, paprikusósá, soðið grænmeti. Heimabakað graskersbrauð, hrökkbrauð, smjör, kostasæla og paprika.	20. Soðinn fiskur, kartöflur, soðið grænmeti, smjörfeiti. Heimabakað sólkjarnabrauð, hrökkbrauð, smjör, gúrka.	21. Sveppasúpa, heimabakað heilhevitibrauð, egg og kaviar. Flatkökur, hrökkbrauð, smjör og lifrakæfa	22. Steikt bleikja, bygg, gúrka og paprika. Ristað brauð, hrökkbrauð, smjör, ostur, epli.	23. Píta með kjúkling og grænmeti. Heimabakað kúmenbrauð, hrökkbrauð, smjör og kæfa, ávaxtabiti.
26. Pasta og kjötsósá, gúrkubiti. Heimabakað kúmenbrauð, hrökkbrauð, smjör, kaviar. Banani.	27. Soðinn fiskur, kartöflur, soðið grænmeti, smjörfeiti. Heimabakað norrænt brauð, hrökkbrauð, smjör, ostur, epli.	28. Slátur, kartöflur, rófustappa, þorrasnakk. Flatkökur, hrökkbrauð, smjör og ostur, appelsína.	29. Fiskibollur, bygg, soðð grænmeti og lauksósá. Ristað brauð, hrökkbrauð, ostur, banani	30. Karrý grænmetisrottur með baunum, hrísgrjón. Heimabakað graskersbrauð, hrökkbrauð, smjör, gúrka.

Morgunmat	Mánudagur Hafragrautur með döðlum/rúsinum, hafrakoddar og þorskalýsi.	Þriðjudagur Hafragrautur með döðlum/rúsinum, hafrakoddar og þorskalýsi.	Miðvikudagur Hafragrautur með döðlum/rúsinum, hafrakoddar og þorskalýsi.	Fimmtudagur Hafragrautur með döðlum/rúsinum, hafrakoddar og þorskalýsi.	Föstudagur Hafragrautur með döðlum/rúsinum, AB mjólk og þorskalýsi.
-----------	--	--	---	--	---