



Matseðill nóvember 2022

Leikskólinn Garðasel

Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur	
31 Skyr og eggjakaka Gróft samlokubrauð / ostur	1 Soðinn fiskur, kartöflur og grænmeti Gróft brauð/hrökkbrauð og álegg	2 Kókoshakkréttur Gróft brauð og hrökkbrauð með áleggi.	3 Fiskibollur, kartöflur og hrásalat Ristað brauð með osti	4 Grjónagrautur, brauð og álegg. Flatköku, hrökkbrauð, ostur og kæfa.	
7 Pasta og brauð. Gróft samlokubrauð / ostur	8 Soðinn fiskur, kartöflur og smjörfeiti Gróft brauð/hrökkbrauð og álegg	9 Píta með grænmeti og skinku. Gróft brauð og hrökkbrauð með áleggi.	10 Steiktur fiskur, kartöflumús og gúrkusósa. Ristað brauð með osti	11 Lambaframpartur, kartöflubátar og sósa. Flatköku, hrökkbrauð, ostur og kæfa.	
14 Kjúklingasúpa með eplum og gulrótum. Gróft samlokubrauð, ostur og bananar.	15 Soðinn fiskur, kartöflur og smjör. Gróft brauð/hrökkbrauð og álegg	16 Slátur, kartöflur og rófustappa. Gróft brauð og hrökkbrauð með áleggi.	17 Plokkfiskur og rúgbrauð. Ristað brauð með osti.	18 Starfsdagur, leikskólinn er lokaður.	
21 Sveppasúpa og eggjakaka. Gróft samlokubrauð / gúrkur, bananar	22 Soðinn fiskur, kartöflur og smjör. Gróft brauð, hrökkbrauð og álegg	23 Hakk og spaghetti. Gróft brauð og hrökkbrauð með áleggi.	24 Steiktur fiskur, kartöflur og sósa. Ristað brauð með osti.	25 Skyr og heitt brauð í ofni. Flatköku, hrökkbrauð, ostur og kæfa.	
28 Haksúpa með mais. Gróft samlokubrauð / gúrkur, bananar	29 Soðinn fiskur, kartöflur, grænmeti og smjör. Gróft brauð, hrökkbrauð og álegg	30 Kjötsúpa Gróft brauð og hrökkbrauð með áleggi.			
Morgunmatur	Mánudagur Hafragrautur og döðlur, kornflex og þorskalýsi.	Þriðjudagur Hafragrautur og rúsínur, cheerios og þorskalýsi.	Miðvikudagur Hafragrautur og döðlur, kornflex og þorskalýsi.	Fimmtudagur Hafragrautur og rúsínur, cheerios og þorskalýsi.	Föstudagur Hafragrautur og döðlur, cheerios og þorskalýsi.

