



Matseðill október 2023

Leikskólinn Garðasel

Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
2 Skr og heimabakað brauð Hrökkbrauð með áleggi	3 Soðinn fiskur, kartöflur, grænmeti og smjörfeiti Gróft brauð með áleggi	4 Kína-panna með grænmeti og góðgæti / brauð Heimabakað brauð með áleggi	5 Steiktur fiskur, kartöflur, salat og AB-sósa Ristað brauð með osti	6 Grænmetisbuff, bygg og sósa Flatkökur með áleggi
9 Sveppasúpa og heimabakað brauð með áleggi Hrökkbrauð með áleggi	10 Soðinn fiskur, grjón, /bygg, gulrætur og karrýsósa Gróft brauð með áleggi.	11 Kókos-hakkréttur og bananar Heimabakað brauð með áleggi	12 Nætursalataður fiskur, kartöflur, grænmeti og smjörf Ristað brauð með osti	13 Píta með skinku og grænmeti Flatkökur með áleggi
16 Grænmetissúpa og eggjakaka m/ pylsum Hrökkbrauð með áleggi	17 Soðinn fiskur, grjón / bygg, grænmeti og smjörfeiti Gróft brauð með áleggi	18 Slátur, kartöflur, rófur og uppstúf Heimabakað brauð með áleggi	19 Plokkfiskur og rúgbrauð Ristað brauð, ostur	20 Kjötsúpa og brauð Flatkökur með áleggi
22 Grjónagrautur og brauð með eggi og kaviar Hrökkbrauð með áleggi	23 Soðinn fiskur, grjón / bygg, grænmeti og karrýsósa Gróft brauð með áleggi	24 Nautahakkbollur, kartöflumús, salat og sósa Heimabakað brauð með áleggi	25 Fiskibollur, kartöflur, grænmeti og smjör Ristað brauð með osti	26 BBQ kjúklingaleggir, kartöflur, salat og sósa Flatkökur með áleggi
29 Pastaréttur og hvítlauksbrauð Hrökkbrauð með áleggi	30 Soðinn fiskur, kartöflur, grænmeti og smjörfeiti Gróft brauð með áleggi			

Morgunmat	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
	Hafragrautur og döðlur, kornflex og þorskalýsi	Hafragrautur og döðlur, kornflex og þorskalýsi	Hafragrautur og döðlur, kornflex og þorskalýsi	Hafragrautur og döðlur, kornflex og þorskalýsi	Hafragrautur og döðlur, kornflex og þorskalýsi