



Matseðill október 2025

Leikskólinn Garðasel

Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur	
		1. Jarðaberjaskyr, heimabakað heilhveitibrauð, egg og lifrakæfa. Flatkökur, smjör, ostur,epli	2. Ofnbökuð Keila í karrymariningu, bygg, soðið brokkoli, blómkál og gulrætur. Ristað heilhveitibrauð, smjör, ostur og banani.	3. Grísahakkbollur, hrísgrjón, gúrka og paprika, lauksósa. Heimabakað graskersbrauð, hrökkbrauð, smjör, egg og kaviar, ávaxtabiti.	
6. Hakk of spaghetti. Heimabakað kúmenbrauð, hrökkbrauð, smjör, ostur, epli.	7. Soðin ýsa, kartöflur, soðnar rófur og gultætur, smjörfeiti. Heimbakað graskersbrauð, hrökkbrauð, smjör, döðlumauk, banani.	8. Blómkálssúpa, heimabakað heilhveitibrauð, smjör, egg /ostur Flatkökur, hrökkbrauð, smjör og lifrakæfa, vatnsmelóna.	9. Fiskibollur, kartöflur, lauksósa, soðnar gulrætur og blómkál. Ristað heilhveitibrauð, smjör, ostur og epli.	10. Soðið slátur, rófustappa og kartöflur. Heimabakað sólkjarnabrauð, hrökkbrauð, smjör og gúrka, ávaxtabiti.	
13. Kókoshakkréttur, hrísgrjón, bananar. Heimabakað kúmenbrauð, hrökkbrauð, smjör og kotasæla og paprika, appelsína.	14. Soðin ýsa, kartöflur, soðnar rófur og gulrætur, smjörfeiti. Heimbakað sólkjarnabrauð, hrökkbrauð, egg og kaviar, epli.	15. Hrísgrjónagrautur, slátur, rúsínur og kanill, gúrkubiti. Flatkökur, hrökkbrauð, smjör og kæfa, pera.	16. Bleikjuréttur í ofni, hrísgrjón, paprika og tómatar. Ristað heilhveitibrauð, smjör, ostur og banani	17. Grænmetispottréttur m/baunum, bygg. Heimbakað graskersbrauð, hrökkbrauð, smjör, hummus, ávaxtabiti.	
20. Vetrarfrí	21. Vetrarfrí	22. Kjötsúpa. Flatkökur, hrökkbrauð, smjör og ostur, appelsína.	23. Steikur karfi, kartöflur, köld sósa, soðið grænmeti. Ristað heilhveitibrauð, smjör, ostur og epli.	24. Kalkúnabollur, hrísgrjón, paprikusósa, gúrka og tómatar. Heimabakað kúmenbrauð, hrökkbrauð, smjör, kæfa, ávaxtabiti	
27. Steiktir kjúklingaleggir, hrísgrjón, paprikusósa, gúrka, paprika. Heimabakað fjölkornabrauð, hrökkbrauð,smjör, ostur, kaviar, pera.	28. Soðin ýsa, kartöflur, soðnar rófur og gulrætur, smjörfeiti. Heimbakað graskersbrauð, hrökkbrauð, smjör og lifrakæfa, banani	29. Sveppasúpa, heimabakað heilhveitibrauð, smjör,egg, lifrakæfa. Flatkökur, hrökkbrauð, smjör og ostur, vatnsmelóna	30. Fiskiklattar, bygg, karrysósa, soðið blómkál og brokkoli. Ristað heilhveitibrauð, smjör, ostur og banani.	31. Nautahakk lasagna, paprikubiti, snittubrauð og smjör. Heimabakað kúmenbrauð, hrökkbrauð, smjör, ávaxtabiti	
Morgunmatur	Mánudagur Hafragrautur með döðlum/rúsinum, hafrakoddar og þorskalýsi.	Þriðjudagur Hafragrautur, döðlur/rúsinur, hafrakoddar og þorskalýsi	Miðvikudagur Hafragrautur með döðlum/rúsinum, komflex, hafrakoddar og þorskalýsi.	Fimmtudagur Hafragrautur með döðlum/rúsinum, komflex, hafrakoddar og þorskalýsi.	Föstudagur Hafragrautur með döðlum/rúsinum, AB mjólk og þorskalýsi.

--	--	--	--	--	--