



Matseðill september 2025

Leikskólinn Garðasel

Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
1. Heimabökuð pizza m/nautahakki, papriku Heimabakað kúmenbrauð, hrökkbrauð, smjör, epli.	2. Soðin ýsa, kartöflur, soðið grænmeti, smjörfeiti. Heimbakað graskersbrauð, hrökkbrauð, smjör, döðlumauk.	3. Hrísgrjónagrautur og slátur. Heimabaka heilhveitibrauð, hrökkbrauð, smjör, ostur/paprika.	4. Fiskibollur, kartöflur, lauksósa, soðnar gulrætur og blómkál. Ristað heilhveitibrauð, hrökkbrauð, smjör og ostur.	5. Steiktur kjötbollur, bygg, sveppasósa, gúrka og tómatar. Flatkökur, hrökkbrauð, smjör og lifrakæfa
8. Spinatbuff, hrísgrjón, paprikusósa. paprika og gúrka. Heimabakað kúmenbrauð, hrökkbrauð, smjör og epli.	9. Soðin ýsa, kartöflur, soðið grænmeti, smjörfeiti. Heimbakað sólkjarnabrauð, hrökkbrauð, egg og kaviar..	10. Blómkálssúpa, heimabakað heilhveitibrauð, smjör, egg /ostur Heimabakað graskersbrauð, hrökkbrauð, smjör og epli.	11. Steiktur fiskur í raspi, kartöflur, Köld sósa. paprika og tómatar Ristað heilhveitibrauð, hrökkbrauð, smjör og ostur.	12. Steiktir kjúklingaleggir, bygg, paprikasósa, gúrka og paprika Flatkökur, hrökkbrauð, smjör og ostur.
15. Píta með nautahakki og grænmeti. Heimabakað graskerbrauð, hrökkbrauð, gúrka.	16. Soðin ýsa, kartöflur, soðið grænmeti, smjörfeiti. Heimbakað sólkjarnabrauð, hrökkbrauð, smjör, lifrakæfa.	17. Sveppasúpa, heimabakað heilhveitibrauð, smjör, egg/lifrakæfa. Heimabakað bananabrauð, hrökkbrauð, smjör, ostur.	18. Ofnbakaður fiskur í karrý, hrísgrjón, gúrka og paprika Ristað heilhveitibrauð, hrökkbrauð, smjör og ostur.	19. Grænmetislasagna, snittubrauð, smjör. Flatkökur, hrökkbrauð, smjör, lifrakæfa.
22. Kókoshakkréttur, bananar og hrísgrjón. Heimabakað kúmenbrauð, hrökkbrauð, smjör og tómatar.	23. Soðin ýsa, kartöflur, soðið grænmeti, smjörfeiti. Heimbakað graskersbrauð, hrökkbrauð, smjör, paprika og kotsæla.	24. Sætkartöflu og gulróta súpa, heimabakað heilhveitibrauð, smjör, egg. Heimabakað sólkjarnabrauð, hrökkbrauð, smjör og gúrka.	25. Plokkfiskur, soðnar gulrætur, smjör, rúgbrauð. Ristað heilhveitibrauð, hrökkbrauð, smjör og ostur.	26. Kjúklingapasta, hvítlauksbrauð. Flatkökur, hrökkbrauð, smjör, lifrakæfa.
29. Soðið lambakjöt, hrísgrjón, soðnar gulrætu, karrýsósa. Heimabakað kúmenbrauð, hrökkbrauð, smjör og hummus.	30. Soðin bleikja, karöflur, soðið grænmeti, smjörfeiti. Heimbakað graskersbrauð, hrökkbrauð, smjör og epli			

Morgunmatur	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
	Hafragrautur með döðlum/rúsínum, hafrakoddar og þorskalýsi.	Hafragrautur með döðlum/rúsínum, bygggrautur og þorskalýsi.	Hafragrautur með döðlum/rúsínum, hafrakoddar og þorskalýsi.	Hafragrautur með döðlum/rúsínum, hafrakoddar og þorskalýsi.	Hafragrautur með döðlum/rúsínum, AB mjólk og þorskalýsi.