



Matseðill janúar 2018

Leikskólinn Garðasel

Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
<p>1</p> <p>Nýársdagur</p> <p>2018</p>	<p>2</p> <p>Löggúsúpa með grænmeti og heimabökuðu brauði og áleggi</p> <p>Gróft brauð og hrökkbrauð, gúrkur og tómatar. Bananar</p>	<p>3</p> <p>Hakk og spaghetti, grænmeti</p> <p>Gróft brauð og flatkökur, ostur og kæfa. Appelsínur</p>	<p>4</p> <p>Steiktur fiskur, kartöflr, grænmeti og AB-sósa</p> <p>Ristað brauð með osti. Melónur</p>	<p>5</p> <p>Pastaréttur með grænmeti og heimabakað brauð</p> <p>Hrökkbrauð, brauð á Lóni, hummus og paprika. Perur</p>
<p>8</p> <p>Soðinn fiskur, kartöflur, grænmeti og þúrrulaukssósa</p> <p>Heimabakað brauð og hrökkbrauð, gúrka og tómatar Perur</p>	<p>9</p> <p>Grænmetissúpa, heimabakað brauð með áleggi</p> <p>Gróft brauð og hrökkbrauð, malakoff og smurostur. Epli</p>	<p>10</p> <p>Lambakjöt, grjón, salat og karrýsósa</p> <p>Gróft brauð og flatkökur, ostur og kæfa. Bananar</p>	<p>11</p> <p>Fiskréttur /Thai, grjón og grænmeti .</p> <p>Ristað brauð með osti og súkkulaði Appelsínur</p>	<p>12</p> <p>Hakkgryta, kartöflumús og grænmeti</p> <p>Hrökkbrauð og kruður, brauð á Lóni, kotasæla og gúrka. Perur</p>
<p>15</p> <p>Soðinn fiskur, kartöflur, grænmeti / rúghbrauð og feiti.</p> <p>Maltbrauð og hökkbrauð ostur og kotasæla / paprika. Bananar</p>	<p>16</p> <p>Amerískur kjöthleifur, spaghetti, salat og sósa</p> <p>Gróft brauð, túnfisksalat og ostur. Melónur</p>	<p>17</p> <p>Skyr og heimabakað brauð með eggjum og kaviar</p> <p>Gróft brauð og flatkökur, bananar og kæfa. Epli</p>	<p>18</p> <p>Fiskibollur, kartöflur, grænmeti og sósa</p> <p>Ristað brauð með osti Bananar</p>	<p>19</p> <p>Grænmetisbuff, grjón, salat og sósa</p> <p>Hrökkbrauð, brauð á Lóni, hummus og gúrka. Appelsínur</p>
<p>22</p> <p>Soðinn fiskur, kartöflur, grjón og karrýsósa</p> <p>Heimabakað brauð og hökkbrauð ostur og kotasæla / paprika. Bananar</p>	<p>PORRABLÓT</p> <p>23</p> <p>Slátur, kartöflumús og soðnar rófur</p> <p>Gróft brauð, skinka og bananar Perur</p>	<p>24</p> <p>Grjónagrautur, slátur og skonsur með áleggi</p> <p>Gróft brauð og flatkökur, ostur og gúrkur Epli</p>	<p>25</p> <p>Plokkfiskur, grænmeti og rúgbrauð</p> <p>Ristað brauð með osti og súkkulaði. Melónur</p>	<p>26</p> <p>Lasagne, sætukartöflumús og salat</p> <p>Brauð og hrökkbrauð, gúrka og ostur. Bananar</p>
<p>29</p> <p>Soðinn fiskur, kartöflur, grænmeti og þúrrulaukssósa</p> <p>Maltbrauð og ostur, hrökkbrauð, kotasæla og paprika. Perur</p>	<p>30</p> <p>Kjúklingur, grjón, salat og sósa</p> <p>Gróft brauð, gúrkur og ostur. Mandarínur</p>	<p>31</p> <p>Píta með kjúklingi, grænmeti og osti</p> <p>Gróft brauð og flatkökur, kæfa og ostur. Epli</p>		

Morgunmat	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
	Hafragrautur og döðlur, kornflex og þorskalýsi	Hafragrautur og rúsínur, cherios og þorskalýsi	Hafragrautur og döðlur, kornflex og þorskalýsi	Hafragrautur og rúsínur, Ab-mjólk og músli. Þorskalýsi	Hafragrautur og döðlur, cherios og þorskalýsi