



# Matseðill október 2018

Leikskólinn Garðasel

Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
1 Grjónagautur og slátur. Heimabakað brauð og hrökkbrauð, ostur og gúrka	2 Soðinn fiskur, kartöflur, grænmeti og smjörfeiti Gróft samlokubrauð / egg og kaviar	3 Tómatsúpa með pasta og heimabakað brauð Hrökkbrauð og flatkökur, kæfa og epli	4 Thai-fiskréttur, grjón og salat Ristað brauð, ostur /súkkulaði (úr smjörbaunum)	5 Kjúklingur, rófur, boccoli og kjúllasósa Maltbrauð / ostur, bananar
8 Kjúklinganúðlusúpa og asískt grænmeti Heimabakað brauð og hrökkbrauð, álegg / smurostur	9 Fiskur í brauðraspi, kartöflur, grænmeti og Ab- sósa Gróft samlokubrauð / ostur, skinkusalat	10 Skyr og ber út í skyrið og skinkuhorn Hrökkbrauð og flatkökur, ostur og heimagerð pestó	11 Saltfiskur í spænskri tómatsósa, grænmeti og sætukartöflumús Ristað brauð, ostur	12 Hakk og spagheitti, grænmeti Kryddbrauð, hrökkbrauð, ostur og bananar
15 Tortelini í pastasósu með grænmeti Heimabakað brauð og hrökkbrauð, ostur og gúrka	16 Fiskisúpa og heimabakað brauð Gróft samlokubrauð, bananar, tómatar	17 Mexico-lasagne og salat Hrökkbrauð og flatkökur, ostur og kæfa	18 Fiskréttur með grjónum og karrýsósu, grænmeti Ristað brauð með osti og döðlusultu	19 Lambapottréttur, kartöflumús og grænmeti Maltbrauð m / osti, kæfu
22 Sveppasúpa, heimabakað brauð og hummus Heimabakað brauð og hrökkbrauð, kotasæla og gúrka	23 Kentucky-fiskur, grjón og grænmeti Gróft samlokubrauð / egg og kaviar	24 Svikinn héri, kartöflumús og grænmeti Hrökkbrauð og flatkökur, ostur og tómatar	25 Plokkfiskur, rúgbrauð og salat Ristað brauð, ostur	26 Kjúklingaréttur með sólþurrkiuðum tómötum og döðlum, grjón, salat Maltbrauð m / osti, kæfu
29 Grænmetislasagne og salat Heimabakað brauð og hrökkbrauð / ostur og bananar	30 Soðinn fiskur, kartöflur, grænmeti og smjörfeiti Gróft samlokubrauð / ostur, skinkusalat	31 Kjötsúpa og brauð Hrökkbrauð og flatkökur, ostur og kotasæla /paprika		

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, cherios . Þorskalýsi	Hafragrautur og döðlur, cherios og þorskalýsi