



Matseðill nóvember 2019

Leikskólinn Garðasel

Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
4 Soðinn fiskur, kartöflur, grænmeti og smjörfeiti Gróft samlokubrauð / ostur, epli	5 Slátur, rófur, kartöflur og hvítur jafningur Gróft samlokubrauð / gúrkur, bananar	6 Grjónagrautur og slátur Hrökkbrauð og flatkökur, ostur og kæfa	7 Fiskibollur, kartöflur, grænmeti og karrýsósá Ristað brauð með osti	8 Kjötsúpa og heimabakað brauð Gróft brauð m / osti, epli
11 Kjúklingasúpa og heimabakað brauð Gróft samlokubrauð / ostur, kæfa	12 Gratineraður plockfiskur og rúgbrauð Heimabakað brauð og hrökkbrauð, álegg / smurostur	13 Skr, eggjakaka og skorið grænmeti Hrökkbrauð og flatkökur, ostur og kotasæla	14 Nætursalataður fiskur, kartöflur, rófur og smjörfeiti Ristað brauð með osti	15 Nautakinnar, gratineraðar kartöflur, salat og sósá Gróft brauð m / gúrku og osti
18 Rjómalöguð brokkólísúpa og pylsubrauð með fyllingu Gróft samlokubrauð / egg og kaviar	19 Fiskfarshleifur, kartöflur, tómatar og smjörfeiti Heimabakað brauð og hrökkbrauð, álegg / smurostur	20 Grænmetisbollur, grjón og sósá Hrökkbrauð og flatkökur, ostur og bananar	21 Steiktur fiskur, kartöflur, hrásalat og gúrku-sósá Ristað brauð með osti	22 Kókoshakkréttur, grjón og bananar Gróft brauð m / osti, kæfu
25 Gullin rótarsúpa með eplum, heimabökuðu brauði og pesto Gróft samlokubrauð / gúrkur, bananar	26 Fiskiklattar, kartöflur, og epla - ananassalat Heimabakað brauð og hrökkbrauð, álegg / smurostur	27 Lasagne, salat og heimabakað brauð Hrökkbrauð og flatkökur, ostur og kotasæla / paprika	28 Ofnabakaður fiskur í karrý-ostasósú, grjón og grænmeti Ristað brauð með osti	29 Kjúklingaréttur með sætum kartöflum, spínati og fetaosti Gróft brauð m / osti, epli

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