



# Matseðill október 2020

Leikskólinn Garðasel

Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur	Föstudagur
			1 Plokkfiskur og rúgbrauð Ristað brauð með osti	2 Hakk, spaghetti og grænmeti Gróft brauð m / osti, epli
5 Kartöflusúpa m/baconi, grænmeti og heimabökuðu brauði Gróft brauð / ostur / bananar	6 Steiktur fiskur, kartöflur, salat og hollandiesósa Heimabakað brauð og hrökkbrauð, ostur og skinka	7 Lambaframpartur, kartöflur, grænmeti og sósa Hrökkbrauð og flatkökur, ostur og kotasæla /paprika	8 Soðinn fiskur, kartöflur, grænmeti og smjörfeiti Ristað brauð með osti heimagerðu súkkulaði-smjöri	9 Skyr, skorið grænmeti og brauð Gróft brauð / hökkbrauð, smurostur og gúrkur
12 Blómkálssúpa og pizzasnúðar Gróft brauð, ostur og gúrkur	13 Fiskréttur í grjónum, grænmeti Heimabakað brauð og hrökkbrauð, ostur og tómatar	14 Hakkabuff, kartöflur, salat og lauksósa Flatkökur og hrökkbrauð, ostur og kæfa	15 Soðinn fiskur, kartöflur, grænmeti og smjörfeiti Ristað brauð með osti	16 Pastaréttur m. grænmeti og heimabökuðu brauði Gróft brauð m / osti, epli
19 Grjónagrautur og enskar skonsur með áleggi Gróft brauð / gúrkur, bananar	20 Soðinn fiskur, kartöflur, brokkolí og smjörfeiti Heimabakað brauð og hrökkbrauð, ostur og malakoff	21 Ávaxtagrautur m/ rjómalandi Brauð Hrökkbrauð og flatkökur, ostur og kotasæla /paprika	22 Fiskiklattar, grjón, grænmeti og karrýsósa Ristað brauð með osti	23 Pizza, kartöflubátar og AB-kokteilsósó Gróft brauð m / osti, epli
26 Gulrótarsúpa m/ engifer og appelsínu, heimabakað brauð Brauð og hrökkbrauð, álegg	27 Nætursaltaður fiskur, kartöflur, rófur og smjörfeiti Heimabakað brauð og hrökkbrauð ostur og tómatar	28 Pastaréttur og heimabakað brauð Flatkökur og hrökkbrauð, ostur og kæfa	29 Fiskréttur með grjónum og grænmeti Ristað brauð með osti og heimagerður smjör- súkkulaði	30 Kjúklingur, sætar karföflur, salat og sósa Hrökkbrauð m/áleggi Kaka mánaðarins 😊

Morgunmatur	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