

MUUTOS Päiväkotien ruokalista 13,14,18,19

Kaikilla aterioilla on tarjolla leipää, kasvivasvevitettä, maitoa ja piimää.

Iltaisin teetä, kahvia tai kaakaota tilanteen mukaan.

VIIKKO 13

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Aamupala 3-viljanpuuro Vihannes	Aamupala Riisimurot Marjasose Ruisleipä Vihannes	Aamupala Sydänystävänpuuro Hedelmäsose Tuoremehu	Aamupala Ruishiutalepuuro Munakokkeli Tuoreita kasviksia	Aamupala Mansikkaviili Rouhesämpylä Tuoremehu	Aamupala Orahiutalepuuro Leikkele Tuoreita kasviksia	Aamupala 4-viljan puuro Marjasekoitus Vihannes
Lounas Kasvismoussaka Punakaali-rapea- porkkanasalaatti Raejuusto	Lounas Jauheliha- makaronilaatikko Juuresraaste	Lounas Mandariinibroileri Täysjyväriisi Rapea-tomaatti- maissisalaatti Mangorahka	Lounas Uunimakkara Perunasose Rapea-tomaatti- kurkkusalaatti	Lounas Lammaspata Perunat Lämmin kasvis Punakaali-porkkana- ananassalaatti Jäätelö Marjainen hillo	Lounas Kirjolahikiusaus Höyrytetyt porkkanat Kaali-kurkku- kurpitsasalaatti Jogurtti- mangomousse	Lounas Uunikalkkuna Sitruunakastike Perunat Sekavihannes Rapea-kurkku- porkkanasalaatti Suklaakiisseli
Välipala Palaruisleipä Juusto Vihannes	Välipala Marjakiisseli Ruisleipä Vihannes	Välipala Perunalepuska Leikkele Vihannes	Välipala Mansikkakiisseli Ruisleipä Vihannes	Välipala Ruisleipä Juusto Tuoreita kasviksia	Välipala Rouheleipä Tuorejuusto Vihannes	Välipala Riisipiirakka Munavoio Vihannes
Päivällinen Suikalelihakastike Perunasose Rapea-kurkku- ananassalaatti	Päivällinen Koskenlaskijan kalakeitto Ruisleipä Ruispuolukkapuuro	Päivällinen Mandariinibroileri Täysjyväriisi Rapea-tomaatti- maissisalaatti Mangorahka	Päivällinen Kasvis-kaalikeitto Ruisleipä Vihannes Punaherukka- vispipuuro	Päivällinen Lammaspata Perunat Lämmin kasvis Punakaali-porkkana- ananassalaatti Jäätelö Marjainen hillo	Päivällinen Pinaattikeitto Kananmuna Rouhesämpylä Hedelmä	Päivällinen Uunikalkkuna Sitruunakastike Perunat Sekavihannes Rapea-kurkku- porkkanasalaatti Suklaakiisseli
Iltapala Appelsiiniikiisseli Kaurasämpylä Juurespala	Iltapala Rouheleipä Kananmuna Tuoreita kasviksia	Iltapala Täysjyväleipä Tuorejuusto Vihannes	Iltapala Grahamlihapiirakka Vihannes	Iltapala 4-viljan leipä Leikkele Juurespala	Iltapala Jogurtti- mangomousse Rouheleipä Vihannes	Iltapala Vatruska Juurespala

MUUTOS Päiväkotien ruokalista 13,14,18,19

Kaikilla aterioilla on tarjolla leipää, kasvivasvevitettä, maitoa ja piimää.
Iltaisin teetä, kahvia tai kaakaota tilanteen mukaan.

VIKKO 14

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Aamupala Kaurahiutalepuuro Tuoremehu Vihannes	Aamupala Sydänystävänpuuro Kananmuna Juurespala	Aamupala 4-viljan puuro Vihannes	Aamupala Mannapuuro Hedelmäsose Vihannes	Aamupala Jogurtti maustamaton Marjasekoitus Juurespala	Aamupala Ruishiutalepuuro Munakokkeli Vihannes	Aamupala Riisimuro Marjasose Juurespala
Lounas Lohimurekepihvi Perunasose Rapea-tomaatti- paprikasalaatti Vadelmakiisseli	Lounas Broilerikeitto Rouhesämpylä Hedelmäsalaatti	Lounas Kasvispihvit Perunasose Rapea-porkkana- ananassalaatti	Lounas Broileripyttipannu Rapea-kiinankaali- kurkku- kurpitsasalaatti	Lounas Italianpata Mehevä kaaliraaste Punaherukka- vispipuuro	Lounas Merimiespihvit talon tapaan Höyrytetyt porkkanat Rapea-maissi- punasalaatti	Lounas Mantelikala Perunasose Rapea-kurkku- persikkasalaatti Mansikkakiisseli
Välipala Riisipiirakka Juusto Vihannespalat	Välipala Täysjyväleipä Tuorejuusto maustamaton Tuoreita kasviksia	Välipala Marjarahka Myslileipä Tuoreita kasviksia	Välipala Raparperikiisseli Rouheleipä Leikkele	Välipala Ruissämpylä Sulatejuustoviipale Tuoreita kasviksia	Välipala Hedelmäjogurtti Ruisleipä Vihannes	Välipala Vihannespalat Dippikastike Rouheleipä
Päivällinen Lohimurekepihvi Perunasose Rapea-tomaatti- paprikasalaatti Vadelmakiisseli	Päivällinen Potlohko Rapea-tomaatti- kesäkurpitsasalaatti	Päivällinen Kalastajan keitto Ruisleipä Hedelmäpuuro	Päivällinen Kinkkukastike Perunat Kaali-porkkana- tomaattisalaatti	Päivällinen Porkkanasosekeitto Raejuusto Ruispuikula Vihannes	Päivällinen Ohrapuuro Marjakeitto Ruisleipä Vihannes	Päivällinen Italialainen jauhelihakeitto Ruisleipä Hedelmä
Iltaapala 4-viljan leipä Leikkele Vihannes	Iltaapala Mansikka-mustikka tuorepuuro Ruisleipä Vihannes	Iltaapala Marjarahka Rouheleipä Juurespala	Iltaapala Perunapiirakka Munavoi Juurespala	Iltaapala Punaherukka- vispipuuro Täysjyväleipä Vihannes	Iltaapala Rouheleipä Juusto Tuoreita kasviksia	Iltaapala Mansikkakiisseli Ruisleipä Vihannes

MUUTOS Päiväkotien ruokalista 13,14,18,19

Kaikilla aterioilla on tarjolla leipää, kasvirasvaveitettä, maitoa ja piimää.
Iltaisin teetä, kahvia tai kaakaota tilanteen mukaan.

VIIKKO 18

Aamupala

Hyvän elon puuro
Vihannes
Tuoremehu

Aamupala

Ohrahiutalepuuro
Mustikkasose
Vihannes

Aamupala

4-viljan puuro
Munakokkeli
Tuoreita kasviksia

Aamupala

Riisimuro
Marjainen hillo
Ruisleipä
Vihannes

Aamupala

Kaurahiutalepuuro
Kananmuna
Tuoreita kasviksia

Aamupala

Ruishiutalepuuro
Juusto
Vihannes

Aamupala

3-viljanpuuro
Vihannes
Tuoremehu

Lounas

Jauhelihakastike
Perunat
Rapea-tomaatti-
punakaalisalaatti

Lounas

Cappellin kana-
pastavuoka
Rapea-kurkku-
persikkasalaatti
Munkki

Lounas

**Ylikypsää possun
niskaa
Kermaperunat
Lämmin kasvis
Rapea-kurkku-
paprikasalaatti
Mango-limemousse**

Lounas

Juustoinen
broilerikastike
Täysjyväriisi
Kaali-kurkku-
kurpitsasalaatti

Lounas

Vege texmex-
kiusaus
Rapea-tomaatti-
maissisalaatti

Lounas

Stroganoff
Perunat
Vihersalaatti

Lounas

Uunibroileri
Curry-
kermaviilikastike
Täysjyväriisi
Kaali-kurkku-
keltainen
paprikasalaatti

Välipala

Täysjyväsämpylä
Tuorejuusto
Vihannes

Välipala

Sitruunamousse
Palaruisleipä
Tuoreita kasviksia

Välipala

Rouheleipä
Sulatejuusto
Juurespala

Välipala

Perunalepuska
Leikkele
Vihannes

Välipala

Vadelmakiisseli
Ruisleipä
Juurespala

Välipala

Marjajogurtti
Ruisleipä
Vihannes

Välipala

Persikkarahka
Ruisleipä
Vihannes

Päivällinen

Juressosekeitto
Ruisleipä
Leikkele
Hedelmä

Päivällinen

**Keitetyt nakit
Perunasose
Porkkana pölkky
Kurkku pölkky**

Päivällinen

**Ylikypsää possun
niskaa
Kermaperunat
Lämmin kasvis
Rapea-kurkku-
paprikasalaatti
Mango-limemousse**

Päivällinen

Kermanen lohi-
kasvispannu
Punajuurisalaatti

Päivällinen

Lihapyörykät
Ruskea kastike
Perunasose
Rapea-kesäkurpitsa-
paprikasalaatti

Päivällinen

Keltainen
vihanneskeitto
Sämpylä
Hedelmä
Raejuusto

Päivällinen

Minestronekeitto
Perunapiirakka
Munavoi
Juurespala

Iltaapala

Raparperi-
mansikkapuuro
Rieska
Vihannes

Iltaapala

Sitruunamousse
Rouheleipä
Juurespala

Iltaapala

Päärynäviili
Kauranappi
Vihannes

Iltaapala

Mehukeitto
Ruisleipä
Juurespala

Iltaapala

Porkkana-
perunaruutu
Juusto
Vihannes

Iltaapala

Omena-vadelma-
puolukkapuuro
Juurespala

Iltaapala

Rouheleipä
Juusto
Vihannes

MUUTOS Päiväkotien ruokalista 13,14,18,19

Kaikilla aterioilla on tarjolla leipää, kasvivasveleitettä, maitoa ja piimää.
Iltaisin teetä, kahvia tai kaakaota tilanteen mukaan.

VIKKO 19

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Aamupala Kaurahiutalepuuro Tuoremehu Vihannes	Aamupala Sydänystävänpuuro Kananmuna Juurespala	Aamupala 4-viljan puuro Vihannes	Aamupala Mannapuuro Hedelmäsose Vihannes	Aamupala Jogurtti maustamaton Marjasekoitus Juurespala	Aamupala Ruishiutalepuuro Munakokkeli Vihannes	Aamupala Riisimuro Marjaseose Juurespala
Lounas Makkarakastike Perunat Rapea-tomaatti- paprikasalaatti	Lounas Broilerikeitto Rouhesämpylä Hedelmäsalaatti	Lounas Kasvispihvit Perunasose Rapea-porkkana- ananassalaatti	Lounas Curryporsas Perunat Höyrytetyt porkkanat Rapea-kurkku- paprikasalaatti Raparperikiisseli Rahka-kermavaahto	Lounas Italianpata Mehevä kaaliraaste Punaherukka- vispipuuro	Lounas Merimiespihvit talon tapaan Höyrytetyt porkkanat Rapea-maissi- punasalaatti	Lounas Mantelikala Perunasose Rapea-kurkku- persikkasalaatti Mansikkakiisseli
Välipala Riisipiirakka Juusto Vihannespalat	Välipala Täysjyväleipä Tuorejuusto maustamaton Tuoreita kasviksia	Välipala Marjarahka Myslileipä Tuoreita kasviksia	Välipala Rouheleipä Leikkele Vihannes	Välipala Ruissämpylä Sulatejuustoviipale Tuoreita kasviksia	Välipala Hedelmäjogurtti Ruisleipä Vihannes	Välipala Vihannespalat Dippikastike Rouheleipä
Päivällinen Saariston savukalavuoka Rapea-porkkana- punajuurisalaatti	Päivällinen Potlohko Rapea-tomaatti- kesäkurpitsasalaatti	Päivällinen Kalastajan keitto Ruisleipä Hedelmäpuuro	Päivällinen Curryporsas Perunat Höyrytetyt porkkanat Rapea-kurkku- paprikasalaatti Raparperikiisseli Rahka-kermavaahto	Päivällinen Porkkanasosekeitto Raejuusto Ruispuikula Vihannes	Päivällinen Ohrapuuro Marjakeitto Ruisleipä Vihannes	Päivällinen Italialainen jauhelihakeitto Ruisleipä Hedelmä
Iltapala Mustikkakiisseli 4-viljan leipä Juurespala	Iltapala Mansikka-mustikka tuorepuuro Ruisleipä Vihannes	Iltapala Marjarahka Rouheleipä Juurespala	Iltapala Perunapiirakka Munavoi Juurespala	Iltapala Punaherukka- vispipuuro Täysjyväleipä Vihannes	Iltapala Rouheleipä Juusto Tuoreita kasviksia	Iltapala Mansikkakiisseli Ruisleipä Vihannes