

MUUTOS Päiväkotien ruokalista VIIKOT 52-2

VIIKKO 52

Maanantai

Aamupala
Vehnähiutalepuuro
Tuoremehu

Lounas
Broilerikeitto
Ruispuikula
Hedelmä

Välipala
Rouheleipä
Juusto
Vihannes

Päivällinen
Willimiehen pata
Tomaatti lohko

Iltapala
Mustikkajogurtti
Ruisleipä
Juurespala

Tiistai

Aamupala
Kaurasämpylä
Munakokkeli
Tuoreita kasviksia

Lounas
Joulukinkku
Ruskea kastike
Perunat
Porkkanalaatikko
Lanttulaatikko
Rosolli
Rosollin kastike
Joulurahka

Välipala
Mehu
Rouheleipä
Tuoreita kasviksia

Päivällinen
Joulukinkku
Sinappi
Ruskea kastike
Perunat
Porkkanalaatikko
Lanttulaatikko
Rosolli
Rosollin kastike
Joulurahka

Iltapala
Ruisleipä
Juusto
Vihannes

Keskiviikko

Aamupala
Viili laktoositon
Päärynäsose
Juurespala

Lounas
Joulukinkku
Sinappi-kermakastike
Perunasoselaatikko
Porkkanalaatikko
Lanttulaatikko
Rosolli
Rosollin kastike
Sekahedelmäkiisseli
Rahka-kermavaahto

Välipala
Kaakao
Ruisleipä
Tuoreita kasviksia

Päivällinen
Joulukinkku
Sinappi-kermakastike
Perunasoselaatikko
Porkkanalaatikko
Lanttulaatikko
Rosolli
Rosollin kastike
Sekahedelmäkiisseli
Rahka-kermavaahto

Iltapala
Perunalepuska
Kananmuna
Vihannes

Torstai

Aamupala
Riisimurot
Marjasekoitus
Tuoreita kasviksia

Lounas
Mantelikala
Perunasose
Höyrytetyt porkkanat
Kaali-tomaatti-keltainen paprikasalaatti
Puolukkamousse

Välipala
Ruisleipä
Leikkele
Vihannes

Päivällinen
Mantelikala
Perunasose
Höyrytetyt porkkanat
Kaali-tomaatti-keltainen paprikasalaatti
Puolukkamousse

Iltapala
Mansikkakeitto
Rouheleipä
Juurespala

Perjantai

Aamupala
Kauralesepuuro
Kananmuna
Tuoremehu

Lounas
Kaalilaatikko
Puolukkahillo
Porkkanaraaste

Välipala
Kolmenmarjankiisseli
Rouhesämpylä
Vihannes

Päivällinen
Kalkkunaviillokki
Täysjyväriisi
Kiinankaali-kurkku-ananas-purjosalaatti

Iltapala
Ruisleipä
Juusto
Tuoreita kasviksia

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

Iltaisin teetä, kahvia tai kaakaota tilanteen mukaan.

Lauantai

Aamupala
Ruishiutalepuuro
Juurespala

Lounas
Kalastajan keitto
Palaruisleipä
Omenapaistos
Vaniljakastike

Välipala
Rouhepatonki
Vihannes
Hedelmä

Päivällinen
Kinkkukiusaus
Punakaali-rapea-porkkanasalaatti

Iltapala
Kuningattaren ruispuuro
Rouheleipä
Vihannes

Sunnuntai

Aamupala
4-viljan puuro
Mansikkasose
Vihannes
Lounas
Ylikypsää possun niskaa
Kermaperunat
Rapea-mustaherukka salaatti
Hedelmäsalatit

Välipala
Vihannespalat
Dippikastike
Ruisleipä

Päivällinen
Juusto-kasviskeitto
Ruisleipä
Leikkele
Hedelmä

Iltapala
Rouheleipä
Tuorejuusto
Juurespala

MUUTOS Päiväkotien ruokalista VIIKOT 52-2

VIIKKO 1

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Aamupala 3-viljanpuuro Tuoremehu	Aamupala Riisihiutalepuuro Mansikkasose Juurespala	Aamupala Kaurahiutalepuuro Munakokkeli Juurespala	Aamupala Kaakao Rouhesämpylä Hedelmä	Aamupala Sydänystävänpuuro Kananmuna Tuoremehu	Aamupala Ruishiutalepuuro Juurespala	Aamupala 4-viljan puuro Marjasekoitus Vihannes
Lounas Broilerikastike Riisi-kauralisäke Rapea-tomaatti- punakaalisalaatti	Lounas Kirkas lohikeitto Ruisleipä Marjapaistos Vaniljakastike	Lounas Uunibroileri Curry- kermaviilikastike Täysjyväriisi Kaali-porkkana- kurpitsasalaatti Jäätelö Marjainen hillo	Lounas Ohrapuuro Marjakeitto Ruisleipä Leikkele	Lounas Lasagne Rapea-tomaatti- kurkkusalaatti	Lounas Stroganoff Perunasose Rapea-porkkana- ananassalaatti Omena-kanelikiisseli	Lounas Uunikirjolohi Jogurttikastike Perunat Vihersalaattisekoitus -kurkku-tomaatti Sitruunamousse
Välipala Palaruisleipä Kananmuna Tuoreita kasviksia	Välipala Mangorahka Ruisleipä Vihannes	Välipala Rouheleipä Juusto Hedelmä	Välipala Grahamlihapirakka Tuoreita kasviksia	Välipala Hedelmäjogurtti Rouheleipä Juurespala	Välipala Marjapirtelö Rouheleipä Vihannes	Välipala Ruissämpylä Leikkele Vihannes
Päivällinen Juuessosekeitto Rieska Hedelmä	Päivällinen Keitetyt nakit Perunasose Vihannespalat Dippikastike	Päivällinen Uunibroileri Curry- kermaviilikastike Täysjyväriisi Kaali-porkkana- kurpitsasalaatti Jäätelö Marjainen hillo	Päivällinen Liha-juurespata Rapea-kiinankaali- kurkku- kurpitsasalaatti	Päivällinen Kalkkuna-kasviskeitto Riisipiirakka Munavoi Vihannes	Päivällinen Cappellin kana- pastavuoka Rapea-kurkku- hunajamelonisalaatti	Päivällinen Kaalikeitto Ruisleipä Mustaherukka- vispipuuro
Iltapala Perunalepuska Tuorejuusto Vihannes	Iltapala Täysjyvärsämpylä Leikkele Juurespala	Iltapala Kinkkujuustopiirakka Vihannes	Iltapala Mansikkaviili Rouheleipä Vihannes	Iltapala Hedelmäjogurtti Ruisleipä Juurespala	Iltapala Ruisleipä Juusto Tuoreita kasviksia	Iltapala Liha-riisipasteija Hedelmä

MUUTOS Päiväkotien ruokalista VIIKOT 52-2

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

Iltaisin teetä, kahvia tai kaakaota tilanteen mukaan.

VIIKKO 2

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Aamupala Vehnähiutalepuuro Vihannes	Aamupala Kaakao Kaurasämpylä Tuoreita kasviksia	Aamupala Ruis- ohrahiutalepuuro Marjasekoitus Tuoremehu	Aamupala Riisimurot Mansikkasose Vihannes	Aamupala 4-viljan puuro Juurespala	Aamupala Kauralesepuuro Kananmuna Juurespala	Aamupala Ruishiutalepuuro Tuoremehu
Lounas Palapaisti Perunasose Lämmin kasvis Rapea-porkkana- ananassalaatti Persikkakiisseli Kermavaahto	Lounas Tonnikalakastike Pasta Punakaali-tomaatti- kesäkurpitsasalaatti	Lounas Broileririsotto Rapea-kurkku- ananassalaatti	Lounas Lihakeitto Ruisleipä Kuningatarpaistos Vaniljakastike	Lounas Pinaattiohukaiset Perunasose Puolukkahillo Rapea-tomaatti- kurkkusalaatti	Lounas Curry- kalkkunakastike Täysjyväriisi Rapea- mangokurpitsa- kurkkusalaatti Suklaamousse	Lounas Jauhelihapihvit Ruskea kastike Perunasose Rapea-kurkku- paprikasalaatti Mustikkakiisseli
Välipala Ruisleipä Tuorejuusto Hedelmä	Välipala Puolukkavispipuuro Ruisleipä Juurespala	Välipala Porkkana- grahampiirakka Vihannes	Välipala Ruisleipä Leikkele Juurespala	Välipala Mansikkakiisseli Ruisleipä Juurespala	Välipala Ruishapankorppu Tuorejuusto Vihannes	Välipala Rouheleipä Juusto Juurespala
Päivällinen Palapaisti Perunasose Lämmin kasvis Rapea-porkkana- ananassalaatti Persikkakiisseli Kermavaahto	Päivällinen Porkkanasosekeitto Kaurapala Hedelmä	Päivällinen Suikalelihakastike Perunasose Kaali-porkkana- kurpitsasalaatti	Päivällinen Lohilaatikko Rapea-vesimeloni- purjosalaatti	Päivällinen Nakkikeitto Ruisleipä Hedelmä	Päivällinen Kinkku-kasvisvuoka Porkkanaraaste	Päivällinen Koskenlaskijan kalakeitto Ruisleipä Hedelmä
Iltaapala Rouheleipä Juusto Tuoreita kasviksia	Iltaapala Riisipiirakka Munavoi Vihannes	Iltaapala Mehukeitto Täysjyväleipä Juurespala	Iltaapala Omena-vadelma- puolukkapuuro	Iltaapala Mansikkakiisseli Rouheleipä Vihannes	Iltaapala Perunapiirakka Leikkele Vihannes	Iltaapala Päärynäviili Rouheleipä Tuorejuusto