

MUUTOS Päiväkotien ruokalista viikko 8

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

VIKKO 8

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Aamupala 3-viljanpuuro Vihannes	Aamupala Jogurtti maustamaton L Marjasose Ruisleipä Vihannes	Aamupala Sydänystävänpuuro Tuoremehu	Aamupala Ruishiutalepuuro Munakokkeli Tuoreita kasviksia	Aamupala Kauralesepuuro Vihannes	Aamupala Ohrahiutalepuuro Kananmuna Tuoreita kasviksia	Aamupala 4-viljan puuro Marjasekoitus Vihannes
Lounas Tonnikalamusaka Rapea-porkkana- papurikasalaatti	Lounas Hernekeitto Ruisleipä Tomaatti Laskiaispulla	Lounas Porkkanapyörykät Mango-jogurttikastike Riisi-kauralisäke Rapea-tomaatti- maissisalaatti	Lounas Maukas possunlihastike Perunat Rapea-kurkku- kukkakaalisalaatti	Lounas Kirjolahipasta Rapea-tomaatti- kurkkusalaatti	Lounas Hunajainen broilerihöystö Perunasose Lämmin kasvis Vihersalaattisekoitus- kurkku-tomaatti	Lounas Karjalanpaisti Perunat Unijuurekset Kaali-tomaatti- persikkasalaatti Puolukkakiisseli Kermavaahto
Välipala Palaruisleipä Juusto Vihannes	Välipala Ruisleipä Hedelmä Vihannes	Välipala Hedelmärahka Rouheleipä Juurespala	Välipala Sekamarjakiisseli Ruisleipä Vihannes	Välipala Rouhesämpylä Hedelmä Juurespala	Välipala Kaakao Ruisleipä Juurespala	Välipala Rouheleipä Tuorejuusto Vihannes
Päivällinen Keltainen vihanneskeitto Rieska Kuningattaren ruispuuro	Päivällinen Curry-kalkkunastike Perunat Punakaali- mustaherukkasalaatti	Päivällinen Jauheliha- perunasoselaatikko Rapea-mangokurpitsa- kurkkusalaatti	Päivällinen Broileripyytipannu Rapea-porkkana- ananassalaatti	Päivällinen Kasvissekoitus Raejuusto Vatruska Vihannes	Päivällinen Savunmakuinen lohikeitto Ruisleipä Hedelmä	Päivällinen Kasvislasagnette Rapea-kurkku- keltainen purikakasalaatti
Iltaapala Ruusunmarjarahka Kaurasämpylä Juurespala	Iltaapala Rouheleipä Juusto Tuoreita kasviksia	Iltaapala Hedelmärahka Ruisleipä Vihannes	Iltaapala Porkkana-riisipiirakka Vihannes	Iltaapala 4-viljan leipä Juusto Juurespala	Iltaapala Graham- mustikkapuuro	Iltaapala Hedelmäsmoothie Kaurarieskanen