

PÄIVÄKODIT, kaikki listat 2019

L= laktoositon M= maidoton G= gluteeniton *Kasvisvaihtoehto kursivoitu*

	Viikko I	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA	PÄIVÄLLINEN	ILTAPALA
V I I K O T 36 42 48	MAANANTAI	VEHNÄHIUTALET- PUURO tomaatti, juusto	JAUHELIHAKASTIKE L M <i>MIFU-JAUHISKASTIKE</i> PERUNAT PORKKANARAASTE	SÄMPYLÄ, kaakao OMENALOHKOT	PERUNAVELLI L G leikkele, tuorekurkku	VIILI leikkele
	TIISTAI	KAURAPUURO juusto, jääsalaatti	KASVISSOSEKITTO L G Ruisleipä, kinkkuleikkele, PAPRIKA MARJARAHKA	PÄÄRYNÄKIISSSELI näkkileipä, kurkku	MAKSA- LAATIKKO L G puolukkahillo	PUOLUKKAKIISSSELI juusto
	KESKIVIIKKO	OHRAHIUTALET- PUURO tuorekurkku, kinkkuleikkele	SEILORINTURSKA L M PERUNASOSE L G PORKKANAT JÄÄVUORI-APPELSIINISALAATTI	SEKAMARJAKIISSSELI näkkileipä, tomaatti, juusto	MAKKARA- KEITTO L M G Melonikuutiot	PÄÄRYNÄKIISSSELI leikkele
	TORSTAI	NELJÄN VILJAN PUURO kurkku, juusto	LEMPEÄ BROILERIKEITTO L G Ruisleipä TUOREKURKKU	MANSIKKA- ANANASRAHKA näkkileipä, kurkku	PORKKANAVELLI L G KANANMUNA, paprika	JOGURTTI leikkele
	PERJANTAI	RUISHIUTALET- PUURO paprika, sulatejuusto	KINKKUKIUSAUS L G <i>PAPU-PERUNAKIUSAUS</i> JÄÄVUORI-KAALI- MANDARIINISALAATTI	MANGO- PORKKANAKIISSSELI ruiseipä, paprika	LOHIKEITTO L G tomaatti	MANSIKKA- ANANASRAHKA leikkele
	LAUANTAI	KAURAPUURO, juusto, tomaatti	SIANLIHAKASTIKE L M G PERUNASOSE L G PORKKANARAASTE	BOYSENMARJA- KIISSSELI, näkkileipä, leikkele, kurkku	RIISIVELLI L G Kinkkuleikkele, rypäleet	MARJAPUURO leikkele
	SUNNUNTAI	NELJÄN VILJAN PUURO, kalkkunaleikkele, kurkku	BROILERIMUREKE L G KASTIKE L PERUNASOSE L G HEDELMÄINEN SALAATTI	KARPALOKIISSSELI ja VANILJAKASTIKE, näkkileipä, leikkele, tomaatti	PUNAJUURI- SOSEKITTO L G kinkkuleikkele, paprika	BOYSENMARJA- KIISSSELI juusto

PÄIVÄKODIT, kaikki listat 2019

L= laktoositon M= maidoton G= gluteeniton *Kasvisvaihtoehto kursivoitu*

Viikko II		AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA	PÄIVÄLLINEN	ILTAPALA
V I I K O T 37 43 49	MAANANTAI	OHRAHIUTALE- PUURO juusto, omenalohkot	MAKKARAKEITTO L M G <i>MIFU-JUURESKEITTO</i> Aurinkoleipä TOMAATTI	HEDELMÄ ruisleipä, jääsalaatti	KAURAVELLI L Sulatejuusto, tuorekurkku	HEDELMÄKIISSSELI juusto
	TIISTAI	VEHNÄHIUTALE- PUURO leikkele, tomaatti,	LOHIPASTA L PUNAJUURET JÄÄVUORI-MELONISALAATTI	RUUSUNMARJA- KIISSSELI näkkileipä, juusto, tomaatti	JAUHELIHA- KEITTO L M G herkkukurkku	MARJAPUURO juusto
	KESKIVIikko	NELJÄN VILJAN PUURO jääsalaatti, juusto	KANA-BATAATTIPIHVIT L M CURRYKASTIKE L PERUNAT KAALI-PORKKANA- ANANASSALAATTI	MARJAPIIRAKKA tai MARJAT, VANILJAKASTIKE näkkileipä, kurkku	RIISIPUURO L G leikkele, tomaatti	VIILI leikkele
	TORSTAI	RUISHIUTALE- PUURO tomaatti, juusto	OHRAPUURO L MEHUKEITTO Ruisleipä, kalkkunaleike OMENALOHKOT	JOGURTTI RUISLEIPÄ, leikkele	JAUHELIHA- PATA L M G Puolukkahillo	PERSIKKAKIISSSELI juusto
	PERJANTAI	VEHNÄHIUTALE- PUURO tomaatti, juusto	KASVISKUSAUS L G JÄÄVUORI-ANANAS- KURKKUSALAATTI	SUKLAAKIISSSELI näkkileipä, tuorekurkku	BROILERI- KEITTO L M G paprika	JOGURTTI leikkele
	LAUANTAI	OHRAHIUTALE- PUURO, leikkele, tomaatti	SILAKKAPIHVIT L M KASTIKE PERUNASOSE L G HEDELMÄINENSALAATTI	PUNAHERUKKA- KIISSSELI ja VANILJA- KASTIKE, näkkileipä, leikkele, kurkku	MANNAVELLI L Maksamakkara, tomaatti	HEDELMÄ- SALAATTI leikkele
	SUNNUNTAI	KAURAPUURO, leikkele, kurkku	LIHAMUREKE L M G KASTIKE L PERUNASOSE L G KURKKUINEN SALAATTI	MANSIKKAKIISSSELI, näkkileipä, leikkele, tomaatti	JUUSTO- KASVISKEITTO L G kalkkunaleikkele, kurkku	PUNAHERUKKA- KIISSSELI leikkele

PÄIVÄKODIT, kaikki listat 2019

L= laktoositon M= maidoton G= gluteeniton *Kasvisvaihtoehto kursivoitu*

Viikko III		AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA	PÄIVÄLLINEN	ILTAPALA
V I I K O T 38 44 50	MAANANTAI	OHRAHIUTA- LE-PUURO jääsalaatti, maksamakkara	KINKKUKASTIKE L G <i>KASVIS-LINSSIKASTIKE</i> , PASTA KIINANKAALI-JÄÄVUORI- MANDARIINISALAATTI	KUNINGATARKIISSSELI näkkileipä, tomaatti, juusto	RUISHIUTA- LE-VELLI L sulatejuusto, tomaatti	HEDELMÄ- SALAATTI leikkele
	TIISTAI	NELJÄN VILJAN PUURO tuoremehu, juusto,	LIHAPYÖRYKÄT L M <i>KASVISPYÖRYKÄT</i> , KASTIKE L PERUNAT PORKKANA-LANTTURAASTE	APPELSIINI-KIISSSELI näkkileipä, tuorekurkku	PERUNAVELLI L G leikkele, tuorekurkku	JOGURTTI leikkele
	KESKIVIIKKO	VEHNÄHIUTA- LE-PUURO tomaatti, juusto	LOHIKUSAUS L G PARSAKAALIT PUNAJUURI-OMENASALAATTI	MANSIKKAKIISSSELI rieska, tuorekurkku	BROILERI- KEITTO L M G tomaatti	APPELSIINI-KIISSSELI leikkele
	TORSTAI	NELJÄN VILJAN PUURO paprika, juusto	HERNEKEITTO L M G <i>SOIJA-HERNEKEITTO</i> Ruisleipä, Juusto, TOMAATTI	OHUKAISET ja HILLO näkkileipä, paprika	KASVISSOSE- KEITTO L G suolakala, tuoremehu	MANSIKKAKIISSSELI juusto
	PERJANTAI	KAURAPUURO tuorekurkku, juusto	KASVISPASTA L JÄÄVUURI-KAALI- ANANASSALAATTI	VATKATTU VADELMAPUURO ja VANILJAKASTIKE näkkileipä, tomaatti	NAKKI- KEITTO L M G tuorekurkku	VIILI leikkele
	LAUANTAI	RUISHIUTA- LE-PUURO, kurkku, leikkele	MERIMIESPIHVI L M G PUUTARHURINSALAATTI, PUUOLUKKASURVOS	MEHUKEITTO, näkkileipä, leikkele, tomaatti	RIISIVELLI L G Makkaraleike, persikkakuutiot	MARJAPUURO keitetty kananmuna
	SUNNUNTAI	VEHNÄHIUTA- LE-PUURO kalkkunaleikkele, tomaatti	JUUSTOINEN KALAPIHVI L G KASTIKE, PERUNAT, PUNAJUURISALAATTI	MANGOKIISSSELI, näkkileipä, leikkele, kurkku	KINKKUKUITTO L G sulatejuusto, meloni	JOGURTTIRAHKA leikkele

PÄIVÄKODIT, kaikki listat 2019

L= laktoositon M= maidoton G= gluteeniton *Kasvisvaihtoehto kursivoitu*

Viikko IV		AAMUPALA	LOUNAS	LOUNAS	PÄIVÄLLINEN	ILTAPALA
V I I K O T 33 39 45 51	MAANANTAI	RUISHIUTALE- PUURO kurkku, juusto	NAKKIKASTIKE L M <i>KIKHERNE-KASVISCURRY</i> PERUNAT, HERNEET, PUNAKAALI-PERSIKKASALAATTI	JOGURTTI näkkileipä, paprika	RIISIPUURO L G leikkele, herkkukurkku- viipaleet	VIILI juusto
	TIISTAI	VEHNÄHIUTALE- PUURO juusto, paprika,	KAALILAATIKKO L M <i>SOIJA-KAALILAATIKKO</i> PUOLUKKASURVOS, PORKKANARAASTE	APRIKOOSIKIISSELI ruisleipä, tomaatti	KESÄKEITTO L G lihahyytelö, tomaatti	SEKAMARJA- KIISSELI juusto
	KESKIVIIKKO	NELJÄN VILJAN PUURO tomaatti, juusto	RIISIPUURO L G TUOREMANSIKKAKIISSELI Ruisleipä, Kinkkuleikkele, TUOREKURKKU	SÄMPYLÄ leikkele, meloni	JAUHELIHA- KEITTO L M G tomaatti	HEDELMÄ- SALAATTI juusto
	TORSTAI	RUISHIUTALE- PUURO jääsalaatti, kalkkunaleike	VÄRIKÄS KALAKEITTO L M G SMETANA Rieska, TOMAATTI, PORKKANAPÖLKKY	PUOLUKKARAHKA näkkileipä, kurkku	KINKKU- KEITTO L G juusto, kurkku	JOGURTTI leikkele
	PERJANTAI	OHRAHIUTALE- PUURO tomaatti, juusto	BROILERIPASTA L <i>JÄÄVUORI-PAPRIKASALAATTI,</i>	HEDELMÄKIISSELI, ruisnapit, sulatejuusto, porkkanapölkkyt	SISKONMAKKARA- KEITTO L M G persikkakuutiot	MARJARAHKA leikkele
	LAUANTAI	KAURAPUURO, leikkele, kurkku	LOHIMUREKEPIHVIT L KASTIKE L PERUNASOSE L G PUNAJUURISALAATTI	MUSTAHERUKKA- KIISSELI, näkkileipä, leikkele, tomaatti	KASVISKEITTO L G Kalkkunaleikkele Tuorekurkku	HEDELMÄKIISSELI juusto
	SUNNUNTAI	VEHNÄHIUTALE- PUURO, tomaatti, kalkkunaleikkele	POSSUPAISTI L M G KASTIKE L PERUNASOSE L G <i>JÄÄVUORI-TOMAATTISALAATTI</i>	RUSINAKIISSELI, näkkileipä, kurkku	OHRASUURIMO- VELLI L makkaraleikkele, persikkakuutiot	MARJA- TAI HEDELMÄPUURO, leikkele

PÄIVÄKODIT, kaikki listat 2019

L= laktoositon M= maidoton G= gluteeniton *Kasvisvaihtoehto kursivoitu*

	Viikko V	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA	PÄIVÄLLINEN	ILTAPALA
V I I K O T 34 40 46 52	MAANANTAI	NELJÄN VILJAN PUURO paprika, juusto	BROILERIKASTIKE L M RIISI, RATATOUILLE, MUSTAHERUKKAHILLO KAALI-JÄÄVUORI- TUOREKURKKUSALAATTI	KARJALANPIIRAKKA juusto, rypäleet	PINAATTIVELLI L KANANMUNA	JOGURTTI leikkele
	TIISTAI	RUISHIUTALE- PUURO juusto, kurkku	LOHIKEITTO L G Ruisleipä, PAPRIKA	MUSTIKKA-GRAHAM- PUURO, näkkileipä, juusto, tomaatti	JAUHELIHA- PERUNASOSE- LAATIKKO L M G punajuuri	HERUKKAKIISSSELI leikkele
	KESKIVIIKKO	VEHNÄHIUTALE- PUURO jääsalaatti, juusto	JAUHEMAKSAPIHVIT L M G <i>TALONKASVISPIHVIT,</i> PERUNASOSE L G PUOLUKKAHILLO KIINANKAALI-JÄÄVUORI- ANANASSALAATTI	AURINKOKIISSSELI näkkileipä, kurkku	NAKKI- KEITTO L M G paprika	MARJAPUURO leikkele
	TORSTAI	KAURAPUURO tuorekurkku, juusto	JAUHELIHAKAITTO L M G <i>PAPU-KASVISKEITTO,</i> Grahamleipä TUOREKURKKU, OMENALOHKOT	MAITOKIISSSELI ja MARJASOSE näkkileipä, tomaatti	POROKIUSAUS L G Puolukkasurvos	HEDELMÄKIISSSELI leikkele
	PERJANTAI	RUISHIUTALE- PUURO, leikkele, banaani	PINAATTIOHUKAISET L M KERMAPERUNAT L G PORKKANARAASTE, PUOLUKKAHILLO	MARJAKIISSSELI näkkileipä, leikkele, kurkku	KALKKUNA- KEITTO L M G tomaatti	JOGURTTI leikkele
	LAUANTAI	OHRAHIUTALE- PUURO, kalkkunaleikkele, tomaatti	SIANLIHAPATA L M G KIRKAS PUNAJUURISALAATTI	MUSTAHERUKKA- KIISSSELI näkkileipä, leikkele, kurkku	NELJÄN VILJAN VELLI L Kinkkuleikkele, melonikuutiot	HEDELMÄ- SALAATTI juusto
	SUNNUNTAI	NELJÄN VILJAN PUURO leikkele, kurkku	LINDSTRÖMINPIHVIT L M G KASTIKE L, PERUNASOSE L G, SUVISALAATTI	JÄÄTELÖ näkkileipä, leikkele, tomaatti	PORKKANA- VELLI L G Leikkele, tomaatti	VIILI leikkele

PÄIVÄKODIT, kaikki listat 2019

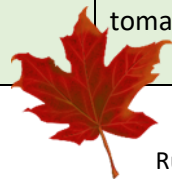
L= laktoositon M= maidoton G= gluteeniton *Kasvisvaihtoehto kursivoitu*

Viikko VI		AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA	PÄIVÄLLINEN	ILTAPALA
V I I K O T 35 41 47	MAANANTAI	VEHNÄHIUTALET-PUURO tomaatti, juusto	PERUNAVELLI L G Ruisleipä, Kinkkuleikkele, TOMAATTI, MANDARIINI	MUSTIKKARAHKA LANTTUPÖLKYT, näkkileipä	MUSAKA L Punajuuriviipaleet	HEDELMÄ-SALAATTI leikkele
	TIISTAI	OHRAHIUTALET-PUURO, leikkele, jääsalaatti,	UUNIMAKKARA L M G <i>BATAATTIPIHVI</i> , PERUNASOSE L G, PORKKANAT JÄÄVUORI-KURPITSASALAATTI	PUOLUKKAKIISSSELI näkkileipä, juusto, kurkku	MANNAVELLI L leikkele, kurkku	JOGURTTI leikkele
	KESKIVIIKKO	RUISHIUTALET-PUURO tomaatti, leikkele	KALAPYÖRYKÄT L M G KERMAVIILIKASTIKE L G, PERUNAT PORKKANA-ANANASRAASTE	APRIKOOSIKIISSSELI moniviljapalat, juusto, paprika	BATAATTI-KEITTO L G Leikkele, paprika	MARJARAHKA leikkele
	TORSTAI	NELJÄN VILJAN PUURO omenalohkot, juusto	BROILERIKEITTO L M G Ruisleipä, TUOREKURKKU, APPELSIINILOHKO	PUOLUKKAVISPI-PUURO ja VANILJAKASTIKE näkkileipä, tuorekurkku	VEHNÄHIUTALET-VELLI L PERUNAKUKKO, rypäleet	APRIKOOSIKIISSSELI juusto
	PERJANTAI	KAURAPUURO tuorekurkku, juusto	MAKARONILAATIKKO L M <i>SOIJA-MAKARONILAATIKKO</i> JÄÄVUORI-PERSIKKASALAATTI	LUUMUKIISSSELI näkkileipä, juusto, tomaatti	LIHAKEITTO L M G tuorekurkku	MARJAPUURO leikkele
	LAUANTAI	VEHNÄHIUTALET-PUURO, KANANMUNA, tomaatti	BROILERIKASTIKE L M PERUNASOSE, SUVISALAATTI	HEDELMÄSALAATTI näkkileipä, juusto, kurkku	RIISIVELLI L G tuoremehu leikkele,	JOGURTTI leikkele
	SUNNUNTAI	OHRAHIUTALET-PUURO, leikkele, kurkku	UUNILOHTA KERMAKASTIKKEESSA L G PERUNASOSE L G PUUTARHURINSALAATTI	KUNINGATARKIISSSELI näkkileipä, leikkele, tomaatti	PARSAKAALI-SOSEKEITTO L G Kalkkunaleikkele, tomaatti	VIILI leikkele

Lounaalla tarjotaan lisäksi näkkileipää, kasvisrasva levitettä ja rasvatonta ruokajuomaa.

Keittöpäivinä tarjotaan ruokalistan mukaisesti pehmeää leipää.

Muutoksia ruokalistalle aiheuttavat mm. juhlahpyhät tai raaka-aineiden saatavuus.



Hyvää ruokahalua!

Ruokaan liittyvissä asioissa ota yhteyttä ruokapalveluiden henkilökuntaan.