

PÄIVÄKOTIEN JA ESKAREIDEN RUOKALISTA KEVÄT 2020

		9	10	11	12	13	14
MAANANTAI	AP	KAURAPUURO tomaattia, ruisleipää	KAURAPUURO kalkkunaleikkele, paprikaa	KAURAPUURO raejuustoa, tomaattia	KAURAPUURO juustoa, tomaattia	KAURAPUURO juustoa, kurkkua	KAURAPUURO tomaattia
	LO	MAKKARAKASTIKE L KASVISKASTIKE L Keitetyt perunat Keitetyt sekavihannekset Jäävuori-mandariinisalaatti	TK lounas	BOLOGNAISEKASTIKE L VEGEBOLOGNAISE L Keitetty spagetti Rapea-persikka-porkkanasalaatti	KINKKUKIUSAUUS L KASVIS-PERUNAKIUSAUUS L Rapea-kurkku-cantaloupesalaatti	LOHIKEITTO L PARSA-PERUNASOSEKITTO L Tomaattiviipaleet Ruisleipä	SIANLIHAKASTIKE L SOIJAROUHEKASTIKE L Keitetyt perunat Puutarhurin vihannes Rapea-persikka-kesäkurpitsasalaatti
	VP	JOGURTTI tuorekurkkua	VIIILI tuorekurkkua	JOGURTTI tuorekurkkua	VIIILI tuorekurkkua	JOGURTTI tuorekurkkua	VIIILI tuorekurkkua
	PÄ	PORKKANASOSEKITTO L tomaattiviipaleet	PARSASOSEKITTO L tomaattiviipaleet	KASVISSOSEKITTO L paprikaa	KUKKAKAALISOSEKITTO L tomaattia	MANNAPUURO L paprikaa	PORKKANASOSEKITTO L Raejuusto, kurkkuviipaleet
	IP	KAUSIRAHKA L	KAUSIRAHKA L	KAUSIRAHKA L	KAUSIRAHKA L	KAUSIRAHKA L	KAUSIRAHKA L
TIISTAI	AP	RUISHIUTALEPUURO raejuustoa, jääsalaattia	RUISHIUTALEPUURO tuorekurkkua	RUISHIUTALEPUURO paprikasuikaleet	RUISHIUTALEPUURO jääsalaattia	RUISHIUTALEPUURO jääsalaattia	RUISHIUTALEPUURO juustoa, tomaattia
	LO	PERUNAVELLI L juustoa tomaattiviipaleet Ruisleipä	TK lounas	UUNIKALAA KASTIKKEESSA L KASVISGRATIINI L Perunasose porkkana-papukasvikset JV-tomaattisalaatti	BATAATTI-PERUNASOSEKITTO L,M Tomaattiviipaleet Juusto Sämpylä	JAUHELIIHAKASTIKE L VEGEEKASTIKE L Keitetyt perunat HE-MA-POsekoitus JV-melonisalaatti	LOHILAATIKKO L KASVIS-JUUSTOKIUSAUUS L Punajuuri-omenasalaatti
	VP	GRAHAMPIIRAKKA paprikaa	HEDELMÄPUURO paprikaa	HEDELMÄRAHKA paprikaa	RIISIPIIRAKKA kananmuna, paprikaa	PÄÄRYNÄKIISSALI paprikaa	MARJASALAATTI paprikaa
	PÄ	JUUSTOKEITTO L kurkkuviipaleet	PORKKANASOSEKITTO L tomaattia	NELJÄN VILJIANVELLI L kurkkua	RIISIVELLI L tuorekurkkua	JUUSTOKEITTO L tuorekurkkua	JUUSTOKEITTO L tuorekurkkua
	IP	HEDELMÄJOGURTTI L	MARJAPUURO	HEDELMÄPUURO	HEDELMÄHERKKU	MARJAJOGURTTI L	VADELMA-MUSTIKKAMOUSSE L
KESKIVIIKKO	AP	VEHNÄHIUTALEPUURO makkaraileikkele, tomaattia	MYSLIT JA LUONNONJOGURTTI tomaattia	VEHNÄHIUTALEPUURO kalkkunaleikkele, kurkkua	VEHNÄHIUTALEPUURO tuorekurkkua, ruisleipää	VEHNÄHIUTALEPUURO tomaattia	MYSLI JA LUONNON JOGURTTI tuorekurkkua
	LO	KOULULAISEN KALALEIKE L KASVISPIHVIT L Perunasose Jogurttikastike Parsakaali/kukkakaalisekoitus JV-tomaatti-cantaloupesalaatti	TK lounas	PINAATTIVELLI L Keitetty kananmuna Tomaattiviipaleet Ruisleipä	JÄRVIKALAPIHVI L Perunasose Aurinkokasvikset JV-kurkku-persikkasalaatti	PINAATTIOHUKAISET L Perunasose Puolukkahillo Jäävuori-kurkkusalaatti	MANNAPUURO L VADELMAKIISSALI Kinkkumakkara Jääsalaattia Ruisleipä
	VP	PUOLUKKARAHKA porkkanaa	MANSIKKA-RAPARPERIKIISSALI perunarieska, kukkakaalta	MARJASALAATTI lanttua	MUSTIKKARAHKA porkkanaa	VADELMAPUURO kukkakaalta	VADELMAKIISSALI lanttua
	PÄ	UUNIOHRAPUURO L Mehukiisseli	RIISIPUURO L Mansikkakiisseli	PERUNAVELLI L paprikaa	VITAVELLI L tomaattia	PINAATTIVELLI L,M kananmuna, tuorekurkkua	JAUHELIIHAKAITTO L,M tomaattia
	IP	MARJAPUURO	HEDELMÄJOGURTTI L	MARJAJOGURTTI L	MARJAPUURO	HEDELMÄSOSE	MARJASOSE
TORSTAI	AP	4 –VILJIANPUURO tuorekurkkua	4 –VILJIANPUURO juustoa, omenalohkot	4 –VILJIANPUURO porkkanapölkkyt	TÄYSJYVÄMURROT JA MAITO paprikaa, omenalohkot	4 –VILJIANPUURO kinkkumakkara, tuorekurkkua	4 –VILJIANPUURO paprikaa
	LO	LEMPEÄ KANAKEITTO L,M PAPRIKA-JUUSTOKEITTO L Kurkkuviipaleet Ruisleipä	TK lounas	KALKKUNAKIUSAUUS L KASVIS-QUORNKIUSAUUS L Porkkanaraaste	RIISIPUURO L MANSIKKAKIISSALI Kinkkumakkara Kurkkuviipaleet Ruisleipä	BROILER-PASTAVUOKA L KASVIS-PASTAVUOKA L Porkkana-ananasraaste	BROILERPYÖRYKÄT L KASVISPYÖRYKÄT L Jogurttikastike Perunasose Aurinkokasvikset JV-porkkana-aurinkosalaatti
	VP	MARJAKIISSALI juustoa, tomaattia	ANANASKIISSALI tomaattia	VADELMAKIISSALI tomaattia	APPELSIINKIISSALI tomaattia	KUNINGATARKIISSALI tomaattia	PANNARI JA HILLO tomaattia
	PÄ	KALAKEITTO L tomaattiviipaleet	JUUSTO-BATAATTIKEITTO L kurkkuviipaleet	PORKKANASOSEKITTO L Raejuusto, kurkkuviipaleet	PINAATTIVELLI L keitetty kananmuna kurkkua	JAUHELIIHAKAITTO L,M porkkanapölkkyt	PERUNAVELLI L Riisipiirakka, tuorekurkkua
	IP	MARJAJOGURTTI L	VADELMA-MUSTIKKAMOUSSE L	MARJAJOGURTTI L	MARJAJOGURTTI L	HEDELMÄHERKKU	MARJAJOGURTTI L
PERJANTAI	AP	RIISIPUURO marjasose	RIISIPUURO marjasose	RIISIPUURO marjasose	RIISIPUURO marjasose	RIISIPUURO marjasose	RIISIPUURO marjasose
	LO	KEBABKIUSAUUS L KASVISKIUSAUUS JV-melonisalaatti	TK lounas	NAKKI-KASVISKEITTO L,M KASVIMAKKARAKEITTO L,M Tuorekurkkuviipaleet Sekaleipä	MAKAROONILAATIKKO L KASVIS-MAAROONILAATIKKO L Porkkanaraaste	JAUHELIIHAKASVISKEITTO L,M JUURESSOSEKITTO L Kurkkuviipaleet Sämpylä Omenalohkot	HERNEKEITTO L,M KASVIS-HERNEKEITTO L,M Kurkkuviipaleet Sekaleipä
	VP	VATKATTU PUOLUKKAPUURO jääsalaattia	MARJAT JA RAEJUUSTO jääsalaattia	SÄMPYLÄ, BANAANI juustoa, jääsalaattia	MANSIKKAKIISSALI maksamakkara, jääsalaattia	MANSIKKAKIISSALI jääsalaattia	OMENAPAISTOS JA VANILJAKASTIKE kinkkumakkara, jääsalaattia
	PÄ	PORKKANASOSEKITTO L kurkkuviipaleet	PERUNAPUURO L tomaattia	UUNIOHRAPUURO L Mehukiisseli	PERUNAVELLI L kurkkuviipaleet	VEHNÄHIUTALEVELLI L tomaattiviipaleet	VITAVELLI L paprikaa
	IP	MARJASOSE	HEDELMÄSOSE	VADELMA-MUSTIKKAMOUSSE L	HEDELMÄSOSE	MARJASOSE	HEDELMÄSOSE

KAIKILLA ATERIOILLA tarjotaan lisäksi leipää, kasvirasvavitettä ja ruokajuomana rasvatonta maitoa/piimää sekä kasvijuomaa kasvisruokailijoille.

Päiväkotiin, esikouluihin ja kouluihin ruokalistaa noudatetaan kaikissa päiväkodeissa.

Muutoksia ruokalistalle aiheuttavat mm. juhlapyhät tai raaka-aineen saatavuus.

Ruokaan liittyvissä asioissa yhteydenotot ruokapalvelun henkilökuntaan.

KOULUVÄLIPALA;

- Kouluvälipalalla tarjotaan aina näkkileipää, kasvirasvavitettä ja juomana rasvatonta maitoa.