

PÄIVÄKOTIEN, ESIKOULUJEN JA KOULUJEN RUOKALISTASYKSY 2019

	31	32	33	34	35	36
MAANANTAI	AP		KAURAPUURO <i>raejuustoa, tomaattia</i>	KAURAPUURO <i>juustoa, tomaattia</i>	KAURAPUURO <i>juustoa, kurkkua</i>	KAURAPUURO <i>tomaattia</i>
	LO		BOLOGNAISEKASTIKE L VEGEBOLOGNAISE L Keitetty spagetti Rapea-persikka-porkkanasalaatti	KINKKUKIUSAUUS L KASVIS-PERUNAKIUSAUUS L Rapea-kurkku-cantaloupesalaatti	LOHIKEITTO L PARSA-PERUNASOSEKEITTO L Tomaattiviipaleet <i>Ruisleipä</i>	SIANLIHAKASTIKE L SOIJAROUHEKASTIKE L Keitetyt perunat Puutarhurin vihannes Rapea-persikka-kesäkurpitsasalaatti
	VP (pk,ip)		JOGURTTI <i>tuorekurkkua</i>	VIILI <i>tuorekurkkua</i>	JOGURTTI <i>tuorekurkkua</i>	VIILI <i>tuorekurkkua</i>
	PÄ		KASVISSOSEKEITTO L <i>paprikaa</i>	KUKKAKAALISOSEKEITTO L <i>tomaattia</i>	MANNAPUURO L <i>paprikaa</i>	PORKKANASOSEKEITTO L <i>Raejuusto, kurkkuviipaleet</i>
	IP		KAUSIRAHKA L	KAUSIRAHKA L	KAUSIRAHKA L	KAUSIRAHKA L
TIISTAI	AP		RUISHIUTALEPUURO <i>marjasosetta</i>	RUISHIUTALEPUURO <i>jääsalaattia</i>	RUISHIUTALEPUURO <i>jääsalaattia</i>	RUISHIUTALEPUURO <i>juustoa, tomaattia</i>
	LO		UUNIKALAA KASTIKKEESSA L KASVISGRATIINI L Perunasose porkkana-papukasvikset JV-tomaattisalaatti <b>Salaattipuffa (koulut)</b>	LEMPEÄ KANAKEITTO L,M KASVIS-QUORNKEITTO L,M Tomaattiviipaleet <i>Ruisleipä</i>	JAUHELHAKASTIKE L VEGEKASTIKE L Keitetyt perunat HE-MA-POSEKOITUS JV-melonisalaatti <b>Salaattipuffa (koulut)</b>	LOHILAATIKKO L KASVIS-JUUSTOKIUSAUUS L Punajuuri-omenasalaatti <b>Salaattipuffa (koulut)</b>
	VP (pk,ip)		HEDELMÄRAHKA <i>paprikaa</i>	RIISIPIIRAKKA <i>kananmuna, paprikaa</i>	PÄÄRYNÄKIISSSELI <i>paprikaa</i>	MARJASALAATTI JA VANILJAKASTIKE <i>paprikaa</i>
	PÄ		NELJÄN VILJANVELLI L <i>kurkkua</i>	RIISIVELLI L <i>tuorekurkkua</i>	JUUSTOKEITTO L <i>tuorekurkkua</i>	JUUSTOKEITTO L <i>tuorekurkkua</i>
	IP		HEDELMÄPUURO	HEDELMÄHERKKU	MARJAJOGURTTI L	VADELMA-MUSTIKKAMOUSSE L
KESKIVIikko	AP		VEHNÄHIUTALEPUURO <i>kalkkunaleikkele, kurkkua</i>	VEHNÄHIUTALEPUURO <i>tuorekurkkua, ruisleipää</i>	VEHNÄHIUTALEPUURO <i>tomaattia</i>	MYSLI JA LUONNON JOGURTTI <i>tuorekurkkua</i>
	LO		PINAATTIVELLI L Keitetty kananmuna Tomaattiviipaleet <i>Ruisleipä</i>	KIRJOLHOPIHVIIT L Perunasose Aurinkokasvikset JV-kurkku-persikkasalaatti <b>Salaattipuffa (koulut)</b>	<b>SADONKORJUUPÄIVÄ 28.8.2019</b> KANA-BATAATTIPIHVIT Pinaattiriisi Omena-puolukkahillo	MANNAPUURO L VADELMAKIISSSELI Kinkkumakkara Jääsalaattia <i>Ruisleipä</i>
	VP (pk,ip)		VADELMAKIISSSELI <i>lanttua</i>	MUSTIKKARAHKA <i>porkkanaa</i>	VADELMAPUURO <i>kukkakaalta</i>	VADELMAKIISSSELI <i>lanttua</i>
	PÄ		PERUNAVELLI L <i>paprikaa</i>	VITAVELLI L <i>tomaattia</i>	NAKKIKEITTO L,M <i>tuorekurkkua</i>	JAUHELHAKASTIKE L,M <i>tomaattia</i>
	IP		MARJAJOGURTTI L	MARJAPUURO	HEDELMÄSOSE	MARJASOSE
TORSTAI	AP		4 –VILJANPUURO <i>porkkanapölkkyt</i>	TÄYSJYVÄMURROT JA MAITO <i>paprikaa, omenalohkot</i>	4 –VILJANPUURO kinkkumakkara, tuorekurkkua	4 –VILJANPUURO paprikaa
	LO		KALKKUNAKIUSAUUS L KASVIS-QUORNKIUSAUUS L Porkkanaraaste	<b>SADONKORJUUPÄIVÄ 22.8.2019</b> BATAATTI-PERUNASOSEKEITTO Porkkana- ja lanttupölkkyt Kinkkumakkara <i>Ruisleipä</i>	BROILER-PASTAVUOKA L KASVIS-PASTAVUOKA L Porkkana-ananasraaste	BROILERPYÖRYKÄT L KASVISPYÖRYKÄT L Jogurttikastike Perunasose Aurinkokasvikset JV-porkkana-aurinkosalaatti
	VP (pk,ip)		MARJASALAATTI <i>tomaattia</i>	HEDELMÄKIISSSELI <i>tomaattia</i>	BOYSENMARJAKIISSSELI <i>tomaattia</i>	PANNARI JA HILLO <i>tomaattia</i>
	PÄ		PORKKANASOSEKEITTO L <i>Raejuusto, kurkkuviipaleet</i>	PINAATTIVELLI L keitetty kananmuna kurkkua	JAUHELHAKASTIKE L,M <i>porkkanapölkkyt</i>	PERUNAVELLI L Riisipiirakka, tuorekurkkua
	IP		MARJAJOGURTTI L	MARJAJOGURTTI L	MARJAJOGURTTI L	MARJAJOGURTTI L
PERJANTAI	AP		RIISIPUURO <i>omenalohkoja</i>	RIISIPUURO <i>paprikasuikaleet</i>	RIISIPUURO <i>marjasose</i>	RIISIPUURO <i>marjasose</i>
	LO		<b>KOULUN ALOITUSPÄIVÄ 9.8.019</b> LIHAPYÖRYKÄT L Perunasose L Vihannemixsekoitus Jäävuori-kurkkuinen salaatti	NAKKI-KASVISKEITTO L,M KASVISMAKKARAKEITTO L,M Tuorekurkkuviipaleet <i>Sekaleipä</i>	MAKARONILAATIKKO L KASVIS-MAARONILAATIKKO L Porkkanaraaste	JAUHELHAKASTIKE L,M JUURESSOSEKEITTO L Kurkkuviipaleet <i>Sämpylä tai vuokaleipä</i> Omenalohkot
	VP (pk,ip)		MARJAT JA RAEJUUSTO <i>jääsalaattia</i>	SÄMPYLÄ, BANAANI <i>juustoa, jääsalaattia</i>	MANSIKKAKIISSSELI <i>makkaraa, jääsalaattia</i>	MANSIKKAKIISSSELI <i>jääsalaattia</i>
	PÄ		PERUNAPUURO L <i>tomaattia</i>	UUNIOHRAPUURO L Mehukiisseli	PERUNAVELLI L <i>kurkkuviipaleet</i>	VEHNÄHIUTALEVELLI L <i>tomaattiviipaleet</i>
	IP		HEDELMÄSOSE	VADELMA-MUSTIKKAMOUSSE L	HEDELMÄSOSE	MARJASOSE

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

Päiväkotiin, esikouluun ja koulun ruokalista noudatetaan kaikissa päiväkodeissa.

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

Ruokaan liittyvissä asioissa yhteydenotot ruokapalvelun henkilökuntaan.

**KOULUILLA** tarjotaan koululounas ja tarvittaessa kouluvälipala.

**KOULUVÄLIPALA sisältää** aina näkkileipää, kasvirasvavitettä ja juomana rasvatonta maitoa.

**PÄIVÄKODEISSA** tarjotaan aamupala, lounas, välipala ja tarvittaessa lisäksi päivällinen sekä iltapala (Muksula, VJ -päiväkoti)