



Ruokalista päiväkodeille ja koulun iltapäivätoiminnan välipalat

PÄIVÄT	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
VIKKO 33	10.8. Ruishiutale, Tuorepala <i>Kasvispihvejä</i> <i>Perunasosetta</i> <i>Salaattia</i> Välipala: Jogurttia Näkkileipä, leikkele, vihannes	11.8. Kaurahiutale, Tuorepala <i>Siskonmakkarakkeittoa</i> <i>Vihannes</i> <i>Juustoa</i> Välipala: Mustikkapuuroa Näkkileipä, juusto, vihannes	12.8. Neljänviljanhiutale, Tuorepala <i>Broileri-ananaskastiketta</i> <i>Ohrahelmi</i> <i>Salaattia</i> Välipala: Marjarahkaa Voileipäkeksi, leikkele, vihannes	13.8. Vehnähiutale, Tuorepala <i>Lohikiusausta</i> <i>Salaattia</i> Välipala: Mansikkakiisseliä Näkkileipä, leikkele, vihannes	14.8. Kaurahiutale, Tuorepala <i>Jauhelihakeittoa</i> <i>Vihannes</i> <i>Porkkana-perunaruutu</i> Välipala: Hedelmäsalaattia Vaalea leipä, juusto, vihannes
VIKKO 34	17.8. Ohrahiutale, Tuorepala <i>Koululaisen kalaleikettä</i> <i>Perunasosetta</i> <i>Salaattia</i> Välipala: Muroja ja mehukeittoa Vaalea leipä, leikkele, vihannes	18.8. Ruishiutale, Tuorepala <i>Kalkkunakeittoa</i> <i>Vihannes</i> <i>Sydän sämpylä</i> Välipala: Marjapuuroa Näkkileipä, leikkele, vihannes	19.8. Vehnähiutale, Tuorepala <i>Makkarakastiketta</i> <i>Perunaa</i> <i>Salaattia</i> Välipala: Dippi-vihannekset Vaalea leipä, juusto	20.8. Kaurahiutale, Tuorepala <i>Kasvis-lasagnetta</i> <i>Salaattia</i> Välipala: Hedelmäkiisseliä Näkkileipä, leikkele, vihannes	21.8. Neljänviljanhiutale, Tuorepala <i>Lihakeittoa</i> <i>Vihannes</i> <i>Hedelmä</i> Välipala: Kaakao + marjapiirakka Näkkileipä, juusto, vihannes
VIKKO 35	24.8. Vehnähiutale, Tuorepala <i>Broileripyöryköitä</i> <i>Perunasosetta</i> <i>Salaattia</i> Välipala: Jogurttia Näkkileipää, leikkele, vihannes	25.8. Ruishiutale, Tuorepala <i>Kahden kalan keittoa</i> <i>Vihannes</i> <i>Ruisruutu</i> Välipala: Vadelma-vaniljapuuro Voileipäkeksi, juusto, vihannes	26.8. Neljänviljanhiutale, Tuorepala <i>Possukastiketta</i> <i>Perunaa</i> <i>Salaattia</i> Välipala: Marjakiisseliä Vaalealeipä, leikkele, vihannes	27.8. Ohrahiutale, Tuorepala <i>Hernekeittoa</i> <i>Vihannes, Juustoa</i> <i>Mansikka jogurttirahkaa</i> Välipala: Pizza-pala Banaania	28.8. Kaurahiutale, Tuorepala <i>Kasviskuisausta</i> <i>Juustosalaattia</i> Välipala: Aurinkokiisseliä Näkkileipä, juusto, vihannes
VIKKO 36	31.8. Ruishiutale, Tuorepala <i>Porkkanapihvejä</i> <i>Perunasosetta</i> <i>Salaattia</i> Välipala: Muroja ja mehukeittoa Näkkileipää, juusto, vihannes	1.9. Ohrahiutale, Tuorepala <i>Lohikeittoa</i> <i>Vihannes</i> <i>Kaura-ruissydän</i> Välipala: Mansikkapuuroa Vaalea leipä, leikkele, vihannes	2.9. Neljänviljanhiutale, Tuorepala <i>Kalkkunakastiketta</i> <i>Täysjyväriisiä</i> <i>Salaattia</i> Välipala: Hedelmäkiisseliä Näkkileipää, juusto, vihannes	3.9. Kaurahiutale, Tuorepala <i>Kinkkukiusausta</i> <i>Salaattia</i> Välipala: Mango-smoothie Ruisleipää, leikkele	4.9. Maustamatonjogurtti, Sosetta <i>Täysjyväpuuroa LUOMUhiutale</i> <i>Marjakiisseliä</i> <i>Leikkele, Ruisleipää</i> Välipala: Marjakiisseliä Näkkileipä, juusto, vihannes
VIKKO 37	7.9. Ohrahiutale, Tuorepala <i>Lihapyöryköitä</i> <i>Perunasosetta</i> <i>Salaattia</i> Välipala: Jogurttia Näkkileipä, leikkele, vihannes	8.9. Ruishiutale, Tuorepala <i>Pinaattikeittoa</i> <i>Kananmuna, Vihannes</i> <i>Karjalanpiirakka</i> Välipala: Hedelmäsalaattia Ruisleipä, leikkele, vihannes	9.9. Vehnähiutale, Tuorepala <i>Jauhelihakastiketta</i> <i>Spagettia</i> <i>Salaattia</i> Välipala: Ruusunmarjakiisseliä Näkkileipä, leikkele, vihannes	10.9. Ohrahiutale, Tuorepala <i>Seitiä yrttikastikkeessa</i> <i>Perunaa</i> <i>Salaattia</i> Välipala: Marjarahkaa Vaalea leipä, juusto, vihannes	11.9. Kaurahiutale, Tuorepala <i>Broilerikeittoa</i> <i>Vihannes</i> <i>Hedelmä</i> Välipala: Vadelmakiisseliä Karjalanpiirakka, leikkele

Muutokset mahdollisia. Allergeeneista saa lisätietoa keittiöhenkilökunnalta. Sydänmerkkiaterioita tarjolla n.3x viikko.