


PÄIVÄKOTIEN RUOKALISTA 2022-2023 Yläkoulun ja lukion toiveruokaviikko

VIIKKO 17 22.-26.4.	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
AAMUPALA	Ruishiutalepuuro Hedelmäsose Vihannes	Ohrahiutalepuuro Marjasose Vihannes	Vehnähiutalevelli Leikkele Vihannes	Kaurahiutale- lesepuuro Tuoremarjahillo Vihannes	2-viljanvelli Juurespala Vihannes
LOUNAS	Jauhelihakastike Pasta Salaatti 	Sitruunainen kalaleike Perunat Yrttitarhankastike (pienille lämmin kastike) Salaatti 	Uunimakkara Perunasose Salaatti 	Liha- makaronilaatikko Salaatti 	Kasvissosekeitto Grahampiiirakka Raejuusto Hedelmä 
VÄLIPALA	Mehukeitto Täysjyvämurot Vihannes/juurespala	Hedelmälajitelma Leikkele Leipä Vihannes/juurespala	Mansikka- raparperipiirakka Vaniljakastike Vihannes/juurespala	Päärynäkiisseli Vihannes/juurespala	Marjasmoothie Vihannes/juurespala

Jokaisella aterialla on tarjolla tuoretta paikallista leipää, levitettä ja raikasta ruokajuomaa

PÄIVÄKOTIEN RUOKALISTA 2022-2023

VIIKKO 18 29.4.-3.5.	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
AAMUPALA	Vehnähiutalepuuro Mehukeitto Vihannes	Banaanijogurtti Maksamakkara Juurespala Vihannes		4-viljan velli Hedelmä Vihannes	Ohrahiutalepuuro Hedelmäsose Vihannes
LOUNAS	Jauhelihapihvit Perunat Kastike Salaatti 	Makkarakeitto Juusto Vihannes Hillomunkki Mehu	VAPPU	Jauhelihakastike Pasta Salaatti 	Broilerikeitto Sämpylä Vihannes Jäätelö / Mehujää 
VÄLIPALA	Hedelmäsalaatti Vihannes/juurespala	Ohukaiset Tuoremarjahillo Vihannes/Juurespala		Jogurtti sapere (marjat) Vihannes/juurespala	Pitsapala Vihannes/juurespala

Jokaisella aterialla on tarjolla tuoretta paikallista leipää, levitettä ja raikasta ruokajuomaa

PÄIVÄKOTIEN RUOKALISTA 2022-2023 Päiväkotien aamu- ja välipala toiveviikko

VIIKKO 19 6.-10.5.	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
AAMUPALA	Kaurahiutalepuuro Marjasose Vihannes	Mannavelli Kinkkuleikkele Vihannes	Suklaamurot Kananmuna Vihannes		Riisipuuro Kaneli ja sokeri Vihannes
LOUNAS	Sitruunainen kalaleike Perunat Yrttitarhankastike Salaatti 	Mango- appelsiinibroileri- kastike Täysjyväriisi Salaatti 	Porkkanapihvit Perunat Mangorajakastike (Pienille lämmin kastike) Fetajuustosalaatti 	HELATORSTAI	Liha- perunasoselaatikko Salaatti 
VÄLIPALA	Banaanijogurtti Pehmopelle sämpylä Vesimeloni kolmio Vihannes/juurespala	Mansikkakiisseli Vihannes/juurespala	Vohvelit, vadelmahillo, kermavaahto Vihannes/juurespala		Sydändonitsi Mehu Vihannes/juurespala

Jokaisella aterialla on tarjolla tuoretta paikallista leipää, levitettä ja raikasta ruokajuomaa

PÄIVÄKOTIEN RUOKALISTA 2022-2023 Alakoulujen toiveruokaviikko

VIKKO 20 13.-17.5.	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
AAMUPALA	4-viljanpuuro Mehukeitto Vihannes	Vehnähiutalepuuro Tuoremarjahillo Vihannes	Mannavelli Tuoremehu Vihannes	Kaurahiutale- lesepuuro Hedelmäsose Vihannes	Riisihiutalelevelli Juurespala Vihannes
LOUNAS	Jauhelihakastike Spagetti Salaatti 	Nakkikeitto Sämpylä Vihannes Jäätelöpuikko 	Kananuggetit Lohkoperunat (pienille perunasose) Currykastike (kylmä) (pienille lämmin kastike) Salaatti	Pyttipannu (Pienille liha- perunasoselaatikko) Salaatti Ketsuppi	Sitruunainen kalaleike Perunat Yrttitarhankastike (pienille lämmin kastike) Salaatti 
VÄLIPALA	Grahampiiirakka Hedelmä Vihannes/juurespala	Maitokiisseli ja mustikkasose Vihannes/juurespala	Marjakeitto Kasvis- Vihannes/juurespala	Aurinkokiisseli Vihannes/juurespala	Patonki Kaakao Leikkele Vihannes/juurespala

Jokaisella aterialla on tarjolla tuoretta paikallista leipää, levitettä ja raikasta ruokajuomaa

PÄIVÄKOTIEN RUOKALISTA 2022-2023

VIIKKO 21 20.-24.5.	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
AAMUPALA	Ohrahiutalepuuro Hedelmäsose Vihannes	Ruishiutalepuuro Tuoremarjasose Vihannes	Vehnähiutalepuuro Hillo Vihannes	Ruishiutalelevelli Juurespala Vihannes	4-viljan puuro Marjasose Vihannes
LOUNAS	Kalakeitto Ruisleipä Kinkkuleikkele Vihannes Hedelmä 	JOKERIPÄIVÄ (pienille liha- perunasoselaatikko)	Broileripasta Salaatti 	Jauheliuhakeitto Sämpylä Vihannes 	Makkarakastike Perunat Salaatti Ketsuppi 
VÄLIPALA	Riisipiirakka Hedelmä Vihannes/juurespala	Marjapaistos Vaniljakastike Vihannes/juurespala	Sämpylä Juusto Juurespala Vihannes/juurespala	Mustikkarahka Vihannes/juurespala	Pannukakku Tuoremarjahillo Vihannes/juurespala

Jokaisella aterialla on tarjolla tuoretta paikallista leipää, levitettä ja raikasta ruokajuomaa.