



PÄIVÄKOTIEN RUOKALISTA 31.12.2018-8.2.2019

	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA
MA 31.12	KAURAPUURO tuorepala	NAKIT (G, L, M, K) perunasose (G, L, K) vihersalaatti	Leipä, tuorepala Persikkarahka (g, l, k)
TI 1.1	****	Uudenvuodenpäivä	****
KE 2.1	4-VILJANPUURO tuorepala, juusto	KALAPYÖRYKKÄ (G, L, M, K) perunat, kermaviilikastike (G, L), porkkanaraaste	Leipä, tuorepala Mansikkavispiuuro (l, m, k)
TO 3.1	PERUNARIESKA, KANANMUNA tuorepala	LIHAJUURESPATA (G, L, K) täysjyväriisi, kaaliraaste	Leipä, tuorepala, leikkele Mango-päärynäsmoothie (g, l, k)
PE 4.1	OHRAHIUTALE-KAURALESEPUURO tuorepala, leikkele	KASVISHERNEKEITTO (G, L, M, K) ruisleipä, hedelmä	Leipä, tuorepala Ohukaiset (l), hillo
MA 7.1	HELMIPUURO tuorepala	PORKKANANAPIT (L, M, G, K) perunat, valkokastike (G, L, K), jäävuorisalaatti	Leipä, juusto, tuorepala Mustikkakiisseli (g, l, m, k)
TI 8.1	KAURAPUURO tuorepala	SISKONMAKKARAKEITTO (G, L, M, K) ruisleipä, hedelmä	Riisipiirakka (l, k), tuorepala, munavoi (g, m)
KE 9.1	JOGURTTI, PERSIKKASOSE tuorepala	BROILER-RIISIKASVISVUOKA (G, L, K) vihersalaatti	Leipä, tuorepala Mannapuuro (k, l), kaneli
TO 10.1	VEHNÄHIUTALEPUURO leikkele, tuorepala	LIHAPULLAKASTIKE (L, K) perunat, kaali-porkkanaraaste	Leipä, tuorepala Murot (l, m, k), maito
PE 11.1	KAURA-OHRAHIUTALEPUURO tuorepala	JUUSTOINEN KALAKEITTO (G, L, K) ruisleipä, hedelmä	Leipä, tuorepala Ruusunmarjarahka (g, l, k)
MA 14.1	KAURAPUURO tuorepala	KASVISLASAGNETTE (L, K) vihersalaatti	Leipä, tuorepala Appelsiiniikiisseli (g, l, m, k)
TI 15.1	SÄMPYLÄ tuorepala, juusto	BROILERKASTIKE (G, L, K) täysjyväriisi, mustaherukkahillo, jäävuorisalaatti	Leipä, tuorepala Mustikkaherkku (g, l, k)

KE 16.1	RUISHIUTALEPUURO tuorepala, kananmuna	KIRJOLOHIKIUSAUS (G, L, K) perunat, kastike (G, L, K), porkkanaraaste, punajuuri	Leipä, tuorepala Lihapiiras (l, m, k)
TO 17.1	4-VILJANPUURO tuorepala	UUNIMAKKARA (G, L, M, K) perunasose (G, L, K), kaaliraaste	Leipä, dippikasvikset kermaviillidippi (g, l, k), leikkele
PE 18.1	MANNAPUURO tuorepala	TOMAATTINEN JAUHELIHAKAITTO (G, L, M, K) ruisleipä, hedelmä	Sämpylä (l), tuorepala, kaakao

	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA
MA 21.1	KAURAPUURO tuorepala	LIHAKAITTO (G, L, M, K) ruisleipä, hedelmä	Leipä, tuorepala Porkkana-grahampiirakka (l, m, k)
TI 22.1	JOGURTTI, PERSIKKASOSE tuorepala	KALAPUIKOT (L, M, K) perunat, kermaviillikastike (G, L, K), vihersalaatti	Leipä, tuorepala Punaherukkavispipuuro (l, m, k)
KE 23.1	RIISHIUTALEPUURO tuorepala	KINKKUKIUSAUS (L, G, K) porkkanaraaste	Leipä, juusto, tuorepala Raparperi-mansikkakiisseli (g, l, m, k)
TO 24.1	KAURA-RUISHIUTALEPUURO tuorepala	JAUHELIHAKASTIKE (G, L, M, K) spagetti, jäävuorisalaatti	Leipä, tuorepala murot (l, m, k), maito
PE 25.1	RUISHIUTALEPUURO tuorepala, leikkele	KASVISSOSEKEITTO (G, L, K) raejuusto (l), hedelmä, ruisleipä	Leipä, tuorepala Vadelmarahka (g, l, k)
MA 28.1	KAURAPUURO tuorepala, juusto	KALAKEPUKAT (G, L, M, K) perunat, salsaremoulade (G, L, M) Kaaliraaste	Leipä, tuorepala, Suklaakiisseli (g, l, k)
TI 29.1	VEHNÄHIUTALEPUURO sämpylä, tuorepala	VÄLIMERENLIHAPYÖRYKÄT (L, K) Perunasose (G, L, K) jäävuorisalaatti	Leipä, leikkele Hedelmäsalaatti (g, l, m, k)
KE 30.1	PERUNARIESKA, JUUSTO tuorepala	CURRY VERDE (G, L, K) riisi, porkkanaraaste	Leipä, tuorepala Ruusunmarjatuorepuuro (l, k)
TO 31.1	MANNAPUURO tuorepala	PESTOKANAKIUSAUS (G, L, K) vihersalaatti	Leipä, tuorepala, Jogurtti (l, g, k), mangosose
PE 1.2	OHRAHIUTALE-KAURALESEPUURO tuorepala	TEXMEX NAKKIKEITTO (G, L, M, K) kaura-ruisleipä, hedelmä	Leipä, tuorepala Riisihiirakka (l, k), munavoi (g, m)

MA 4.1	KAURAPUURO tuorepala	LASAGNETTE (L, K) vihersalaatti	Leipä, tuorepala, juusto Aprikoosikiisseli (g, l, m, k)
TI 5.1	HELMIPUURO tuorepala	ITÄMAINEN POSSUPATA (G, L, K) täysjyväriisi, kaaliraaste	Leipä, tuorepala Mansikkainen välipala (l, g, k)
KE 6.1	RUISHIUTALEPUURO tuorepala	KALAMUREKE (G, L) perunat, kermaviilikastike (G, L, K), porkkanaraaste	Sämpylä (l), tuorepala, kaakao
TO 7.1	VIIILI, PÄÄRYNÄSOSE tuorepala, leikkele	PINAATTILETUT (L, M) perunat, valkokastike (G, L, K), jäävuorisalaatti	Leipä, tuorepala Riisipuuro (g, l, k)
PE 8.1	VEHNÄHIUTALEPUURO tuorepala	BROILERKASVISKEITTO (G, L, M, K) ruisleipä, hedelmä	Leipä, tuorepala Lihapiiras (l, m, k)

Ruokalistaan voidaan tarvittaessa tehdä keittiökohtaisia muutoksia! G = gluteeniton, L = laktoositon, M = maidoton