



PÄIVÄKOTIEN RUOKALISTA 6.5.2019–14.6.2019

	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA
MA 6.5	KAURAPUURO, hedelmäsose tuorepala	LIHAMAKARONIVUOKA (L) vihersalaatti	näkkileipä, tuorepala Persikkarahka (g, l, k)
TI 7.5	RIISIHIUTALEPUURO, hedelmäsose tuorepala	NAKKIKASTIKE (G, L, K) perunat, jäävuorisalaatti	leipä, tuorepala Vadelmakiisseli (g, l, m, k)
KE 8.5	NELJÄN VILJAN PUURO, hedelmäsose tuorepala, juusto	KALAPYÖRYKKÄ (G, L, M, K) perunat, kermaviilikastike (G, L, K), porkkanaraaste	leipä, tuorepala Mansikkavispipuuro (l, m, k)
TO 9.5	RUISHIUTALEPUURO, hedelmäsose tuorepala, kananmuna	LIHAJUURESPATA (G, L, K) täysjyväriisi, kaaliraaste	leipä, tuorepala, leikkele Mango-päärynäsmoothie (g, l, k)
PE 10.5	OHRAHIUTALE-KAURALESEPUURO, hedelmäsose tuorepala, leikkele	HERNEKEITTO (G, L, M, K) ruisleipä, hedelmä	leipä, tuorepala Ohukaiset (l), hillo
MA 13.5	HELMIPUURO, hedelmäsose tuorepala	LIHAPULLAKASTIKE (L, K) perunat, kaali-porkkanaraaste	leipä, tuorepala, juusto Mustikkakiisseli (g, l, m, k)
TI 14.5	KAURAPUURO, hedelmäsose tuorepala	SISKONMAKKARAKEITTO (G, L, M, K) ruisleipä, hedelmä	tuorepala Riisipiirakka (l, k) & munavoi (g, m)
KE 15.5	RUISHIUTALEPUURO, hedelmäsose tuorepala	BROILER-RIISIKASVISJUOKA (G, L, K) vihersalaatti	leipä, tuorepala Mannapuuro (k, l), hedelmäsose
TO 16.5	VEHNÄHIUTALEPUURO, hedelmäsose tuorepala, leikkele	PINAATTIOHUKAISET (L, M) perunat, valkokastike (G, L, K), puolukkahillo jäävuorisalaatti	leipä, tuorepala Jogurtti (g, l, k) & persikkasose
PE 17.5	KAURA-OHRAHIUTALEPUURO, hedelmäsose tuorepala	KAHDEN KALANKEITTO (G, L, K) ruisleipä, hedelmä	leipä, tuorepala Ruusunmarjarahka (g, l, k)
MA 20.5	KAURAPUURO, hedelmäsose tuorepala	KASVISLASAGNETTE (L, K) vihersalaatti	leipä, tuorepala Appelsiiniikiisseli (g, l, m, k)
TI 21.5	VEHNÄHIUTALEPUURO, hedelmäsose tuorepala, juusto	BROILERKASTIKE (G, L, K) täysjyväriisi, jäävuorisalaatti	leipä, tuorepala Mustikkaherkku (g, l, k)
KE 22.5	RUISHIUTALEPUURO, hedelmäsose tuorepala, kananmuna	KIRJOLOHIKIUUSAUS (G, L, K) porkkanaraaste, punajuuri	leipä, tuorepala Lihapiiras (l, m, k)
TO 23.5	NELJÄN VILJAN PUURO, hedelmäsose tuorepala	UUNIMAKKARA (G, L, M, K) perunasose (G, L, K), kaaliraaste	leipä, leikkele Dippikasvikset & kermaviilidippi (g, l, k)
PE 24.5	MANNAPUURO, hedelmäsose tuorepala	JAUHELIIHAKAITTO (G, L, M, K) kauraleipä, hedelmä	tuorepala Sämpylä (l) & kaakao

	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA
MA 27.5	KAURAPUURO, hedelmäsose tuorepala	LIHAKUITTO (G, L, M, K) kauraleipä, hedelmä	leipä, tuorepala Rieska (l, m, k) & leikkele
TI 28.5	OHRAHIUTALEPUURO, hedelmäsose tuorepala	KALAPUIKOT (L, M, K) perunat, kermaviilikastike (G, L, K), vihersalaatti	leipä, tuorepala Punaherukkavisipuu (l, m, k)
KE 29.5	RIISIHIUTALEPUURO, hedelmäsose tuorepala	JAUHELIHAKASTIKE (G, L, M, K) spagetti, porkkanaraaste	leipä, tuorepala, juusto Raparperi-mansikkakiisseli (g, l, m, k)
TO 30.5	***	Helatorstai	***
PE 31.5	RUISHIUTALEPUURO, hedelmäsose tuorepala	KASVISSOSEKITTO (G, L, K) raejuusto (l), hedelmä, ruisleipä	leipä, tuorepala Vadelmarahka (g, l, k)
MA 3.6	KAURAPUURO, hedelmäsose tuorepala, juusto	MUSTAMAKKARA (L, M, K) perunat, valkokastike (G, L, K), puolukkahillo, kaaliraaste	leipä, tuorepala, Suklaakiisseli (g, l, k)
TI 4.6	NELJÄN VILJAN PUURO, hedelmäsose tuorepala	BROILERPERUNAVUOKA (G, L, K) jäävuorisalaatti	leipä, leikkele Hedelmäsalaatti (g, l, m, k)
KE 5.6	VEHNÄHIUTALEPUURO, hedelmäsose tuorepala	SITRUUNAKALA (G, L, K) perunat, porkkanaraaste, punajuuri	leipä, tuorepala Omena-kanelikiisseli (g, l, m, k)
TO 6.6	MANNAPUURO, hedelmäsose tuorepala	JAUHELIHAPERUNALAATIKKO (G, L, M, K) vihersalaatti	leipä, tuorepala, Jogurtti (l, g, k), mangosose
PE 7.6	OHRAHIUTALE-KAURALESEPUURO, hedelmäsose tuorepala	BROILERKASVISKEITTO (G, L, M, K) ruisleipä, hedelmä	tuorepala Riisipiirakka (l, k), munavoi (g, m)
MA 10.6	KAURAPUURO, hedelmäsose tuorepala	LASAGNETTE (L, K) vihersalaatti	leipä, tuorepala, juusto Aprikoosikiisseli (g, l, m, k)
TI 11.6	HELMIPUURO, hedelmäsose tuorepala	ITÄMAINEN POSSUPATA (G, L, K) täysjyväriisi, kaaliraaste	leipä, tuorepala Mansikkainen välipala (l, g, k)
KE 12.6	RUISHIUTALEPUURO, hedelmäsose tuorepala	KALAMUREKE (G, L) perunat, kermaviilikastike (G, L, K), porkkanaraaste	tuorepala Sämpylä (l) & kaakao
TO 13.6	OHRAHIUTALEPUURO, hedelmäsose tuorepala, leikkele	PORKKANAPYÖRYKKÄ (G, L, M, K) perunat, valkokastike (G, L, K), jäävuorisalaatti	leipä, tuorepala Riisipuu (g, l, k), hedelmäsose
PE 14.6	VEHNÄHIUTALEPUURO, hedelmäsose tuorepala	NAKKIKEITTO (G, L, M, K) kauraleipä, hedelmä	leipä, tuorepala Lihapiiras (l, m, k)

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

