

PÄIVÄKOTIEN RUOKALISTA 2.11-11.12.2020

	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA
MA 2.11	KAURAPUURO, marjat tuorepala	LIHAMAKARONIVUOKA (L) salaatti	leipä, tuorepala Persikkarahka (g, l, k)
TI 3.11	RIISIHIUTALETUURO, hedelmäsose tuorepala	NAKKIKASTIKE (G, L, K) perunat, salaatti	leipä, tuorepala Vadelmakiisseli (g, l, m, k)
KE 4.11	NELJÄN VILJAN PUURO, hedelmäsose tuorepala, juusto	KALAPYÖRYKKÄ (G, L, M, K) perunat, sitruunainen kermaviilikastike (G, L, K), salaatti	leipä, tuorepala, leikkele Mansikkavispijuusto (l, m, k)
TO 5.11	RUISHIUTALETUURO, hedelmäsose tuorepala, kananmuna	LIHAJUURESPATA (G, L, K) täysjyväreisi, salaatti	leipä, tuorepala Mango-päärynäsmoothie (g, l, k)
PE 6.11	VEHNÄHIUTALETUURO, hedelmäsose tuorepala	HERNEKEITTO (G, L, M, K) ruisleipä, hedelmä	leipä, tuorepala Ohukaiset (l), hillo
MA 9.11	HELMIPUURO, hedelmäsose tuorepala	PINAATTIOHUKAISET (L, M) perunasose (G, L, K), puolukkahillo, salaatti	leipä, tuorepala, juusto Mustikkakiisseli (g, l, m, k)
TI 10.11	KAURAPUURO, hedelmäsose tuorepala	SISKONMAKKARAKEITTO (G, L, M, K) ruisleipä, hedelmä	tuorepala Riisipiirakka (l) & munavoi (g, m, l)
KE 11.11	RUISHIUTALETUURO, hedelmäsose tuorepala	BROILER-RIISIKASVISVUOKA (G, L, K) salaatti	leipä, tuorepala Mannapuuro (k), hedelmäsose
TO 12.11	VEHNÄHIUTALETUURO, hedelmäsose tuorepala, leikkele	Lähiuokapäivä JAUHELIHAPIHVIT perunasose (G, L, K), salaatti, sämpylä	leipä, tuorepala Jogurtti & persikkasose (g, l, k)
PE 13.11	NELJÄN VILJANPUURO, hedelmäsose tuorepala	KAHDEN KALANKEITTO (G, L, K) ruisleipä, hedelmä	leipä, tuorepala Ruusunmarjarahka (g, l, k)
MA 16.11	KAURAPUURO, hedelmäsose tuorepala	KASVISLASAGNETTE (L) salaatti	leipä, tuorepala Appelsiiniikiisseli (g, l, m, k) & myslä (m, k, l)

TI 17.11	VEHNÄHIUTALEPUURO, hedelmäsose tuorepala	BROILERKASTIKE (G, L, K) täysjyväriisi, salaatti	leipä, tuorepala Mustikkaherkku (g, l, k)
KE 18.11	RUISHIUTALEPUURO, hedelmäsose tuorepala, kananmuna	KIRJOLOHIKIUSAUS (G, L, K) salaatti, punajuuri	leipä, tuorepala Lihapiiras (l, m, k)
TO 19.11	NELJÄN VILJAN PUURO, hedelmäsose tuorepala	UUNIMAKKARA (G, L, M, K) perunasose (G, L, K), salaatti	leipä, leikkele Dippikasvikset & valkosipulidippi (g, l, k)
PE 20.11	OHRAHIUTALEPUURO, hedelmäsose tuorepala	JAUHELIIHAKUITTO (G, L, M, K) kauraleipä, hedelmä	tuorepala Sämpylä (l) & kaakao, juusto

MA 23.11	KAURAPUURO, hedelmäsose tuorepala	LIHAKEITTO (G, L, M, K) ruisleipä, hedelmä	leipä, tuorepala Riisipuuro (g, k), kaneli/hedelmäsose
TI 24.11	NELJÄN VILJANPUURO, hedelmäsose tuorepala	JAUHELIIHAKASTIKE (G, L, M, K) spagetti, salaatti	leipä, tuorepala Punaherukkavispipuuro (l, m, k)
KE 25.11	RIISIHIUTALEPUURO, hedelmäsose tuorepala	KALAPUIKOT (L, M, K) perunat, valkosipuli- kermaviilikastike (G, L, K), salaatti	leipä, tuorepala, juusto Raparperi-mansikkakiisseli (g, l, m, k)
TO 26.11	KAURAPUURO, marjat tuorepala	KINKKUKIUSAUS (L, G, K) salaatti	leipä, tuorepala Riisipiirakka (l), & munavoi (g, m, l)
PE 27.11	RUISHIUTALEPUURO, hedelmäsose leikkele, tuorepala	KASVISSOSEKITTO (G, L, K) raejuusto (l), hedelmä, kauraleipä	leipä, tuorepala Vadelmarahka (g, l, k)
MA 30.11	KAURAPUURO, hedelmäsose tuorepala, juusto	MUSTAMAKKARA (L, M, K) perunasose (G, L, K), puolukkahillo, salaatti	leipä, tuorepala, Suklaakiisseli (g, l, k)
TI 1.12	NELJÄN VILJAN PUURO, hedelmäsose tuorepala	BROILERPERUNAVUOKA (G, L, K) salaatti	leipä, leikkele Hedelmäsalaatti (g, l, m, k)
KE 2.12	VEHNÄHIUTALEPUURO, hedelmäsose tuorepala	SITRUUNAKALA (G, L, M, K) perunat, salaatti, punajuuri	leipä, tuorepala Omena-kanelikiisseli (g, l, m, k) mysli (m, k, l)
TO 3.12	OHRAHIUTALEPUURO, hedelmäsose tuorepala	JAUHELIIHAPERUNAVUOKA (G, L, M, K) salaatti	leipä, tuorepala, Jogurtti (l, g, k), päärynäsose
PE 4.12	RUISHIUTALEPUURO, hedelmäsose tuorepala	BROILERKASVISKEITTO (G, L, M, K) ruisleipä, hedelmä	tuorepala Grahampiiirakka (l, m, k)
MA 7.12	KAURAPUURO, hedelmäsose tuorepala	LASAGNETTE (L) salaatti	leipä, tuorepala, juusto Aprikoosikiisseli (g, l, m, k)

TI 8.12	NELJÄN VILJANPUURO, hedelmäsose tuorepala, leikkele	ITÄMAINEN POSSUPATA (G, L, K) täysjyväriisi, salaatti	leipä, tuorepala Mannapuuro (k), hedelmäsose
Ke 9.12	RUISHIUTALEPUURO, hedelmäsose tuorepala	KALAMUREKE (G, L, K) perunat, sitruunainen kermaviilikastike (G, L, K), salaatti	leipä, tuorepala Riisipiirakka (l), & munavoi (g, m, l)
TO 10.12	HELMIPUURO, hedelmäsose tuorepala	KASVISKIUSAUS (G, L, K) salaatti	leipä, tuorepala Mansikkainen välipala (l, g, k)
PE 11.12	VEHNÄHIUTALEPUURO, hedelmäsose tuorepala	NAKKIKEITTO (G, L, M, K) kauraleipä, hedelmä	tuorepala Sämpylä (l) & kaakao

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