

PÄIVÄHOIDON RUOKALISTA

vk 37-38	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA
ma 11.9	KAURAPUURO (M) keitetty kananmuna, tuoremehu leipä	NAKKIKASTIKE (M) peruna Merjan salaatti	MAISSIHUTALE + hillo (M) viljanleipä, juusto, päärynälohkot (alle 3 v. lusikkaruoka)
ti 12.9	MANNAVELLI kurkku viljanleipä	BROILER-RIISIVUOKA (L, G) porkkanaraaste mustaherukkahillo	RUUSUNMARJAKIISSSELI (M, G) kotijuusto (L, G) majurinleipä
ke 13.9	KAAKAO (G) sämpylä, juusto, porkkanapala (alle 3 v. puuro)	JAUHELIHAKAITTO (M, G) kaura-ruissydän, juusto kurkku	PUNAHERUKKAVISPIPUURO (M) kalkkunaleike paroninleipä
to 14.9	OHRABIUTALEVELLI tomaatti paroninleipä	MERIMIESPIHVIVUOKA (M, G) maissisalaatti, puolukkahillo	KARJALANPIIRAKKA (L) munavoi (M, G), banaani (alle 3 v. lusikkaruoka)
pe 15.9	RUISHIUTALEPUURO (M) juusto, paprika voudinleipä	SIIKAPIHVI (M, G) peruna, vaalea tillikastike (L, G) paprikasalaatti	HEDELMÄJOGURTTI (G) kurkku moniviljaruutu
ma 18.9	VEHNÄHIUTALEPUURO (M) keitetty kananmuna, tuoremehu leipä	LIHAPATA (M, G) peruna vihersalaatti	KAAKAO (G) aurinkosämpylä, juusto, mandariini (alle 3 v. lusikkaruoka)
ti 19.9	RIISIHUTALEVELLI paprika majurinleipä	NAKKIKEITTO (M, G) puhtipoika-leipä, juusto kurkku	PANNUKAKKU + hillo omenalohkot (alle 3 v. lusikkaruoka)
ke 20.9	KAAKAO (G) sämpylä, kultakinkku, porkkanapala (alle 3 v. puuro)	MERIMIEHEN UUNIKALA (L, G) peruna tuoresalaatti	MANGO-PERSIKKARAHKA (L, G) kurkku majurin leipä
to 21.9	MANNAPUURO tomaatti majurinleipä	LIHAMAKARONILAATIKKO (L) kurpitsainen salaatti	AURINKOINEN APPELSIINI-KIISSSELI (M, G) juusto kauravuokaleipä
pe 22.9	NELJÄNVILJANPUURO (M) juusto, kurkku kauravuokaleipä	BROILERPYÖRYKKÄ (M) peruna, currykastike (L, G) porkkanaraaste	MANSIKKAJOGURTTI (G) paprika saaristolaisleipänen

Alle 3 vuotiaille aina välipalalla "lusikkaruokaa". Alle 3-vuotiaille lisäkepastan /-riisin tilalle perunaa. Aamupalalla puuron kanssa tarjolla aina hilloa.

Jokaisella aterialla: aamupalalla, lounaalla ja välipalalla tarjotaan aina ruokajuomaa sekä leipää.

Erityisruokavaliomerkitä koskee ns. pääruokaa laktositon = L, vähälaktoosinen = VL, maitoproteiiniton = M (jos on M on myös L ja VL), gluteeniton = G

vk 39-40	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA
ma 25.9	KAURAPUURO (M) munavoi (L, G), tuoremehu leipä	LAPSKOUSSI (M, G) amerikan porkkanasalaatti punajuuri	MUROT + hillo (M) paroninleipä, juusto, appelsiinilohkot (alle 3 v. lusikkaruoka)
ti 26.9	MANNAVELLI kurkku paroninleipä	JAUHELIHAPIHVI (M, G) peruna, ruskea kastike (L, G) heleä jenkkisalaatti	BOYSENMARJAKIISSSELI (M, G) juusto voudinleipä
ke 27.9	KAAKAO (G) sämpylä, lauantaimakkara, porkkanapala (alle 3 v. puuro)	BROILER-ANANASKASTIKE (L, G) peruna kirpeä salaatti, hillo	RIESKA (M) kotijuusto (L, G), banaani (alle 3 v. lusikkaruoka)
to 28.9	RUISHIUTALEPUURO (M) juusto, tomaatti setsuuri	KASVISLASAGNETTE (L) hedelmäinen salaatti	RAPARPERI-MANSIKKAVISPIPUURO (M) kalkkunaleike viljanleipä
pe 29.9	OHRAHIUTALEVELLI paprika viljanleipä	KALAKEITTO (L, G) lukkarin leipä omenalohkot	KAAKAO (G) sämpylä, juusto, kurkku (alle 3 v. lusikkaruoka)
ma 2.10	VEHNÄHIUTALEPUURO (M) keitetty kananmuna, tuoremehu leipä	BOLOGNESEKASTIKE (M) pasta vihreä salaatti	RUISPALA (M) juusto, päärynälohkot (alle 3 v. lusikkaruoka)
ti 3.10	RIISHIUTALEVELLI paprika kauravuokaleipä	UUNIMAKKARA (M, G) perunasose (L, G) pirteä salaatti	ANANASKIISSSELI (M, G) juusto majurinleipä
ke 4.10	KAAKAO (G) sämpylä, juusto, porkkanapala (alle 3 v. puuro)	KINKKUKIUSAUS (L, G) maissisalaatti punajuuri	MUSTIKKARAHKA (L, G) kurkku setsuuri
to 5.10	MANNAPUURO kurkku setsuuri	BROILERKEITTO (L, G) ruisruutu paprika	JAUHELIHAPIZZA + mehu (L) lanttulohkot (alle 3 v. lusikkaruoka)
pe 6.10	NELJÄNVILJANPUURO (M) juusto, tomaatti aurinkoleipä	SEILORIN TURSKA (M) peruna, vaalea tillikastike (L, G) porkkanaraaste	BANAANIJOGURTTI (G) kurkku moniviljaruutu

Alle 3 vuotiaille aina välipalalla "lusikkaruokaa". Alle 3-vuotiaille lisäkepastan /-riisin tilalle perunaa. Aamupalalla puuron kanssa tarjolla aina hilloa.

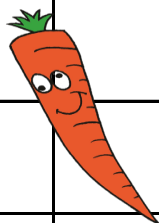
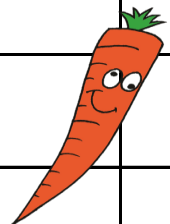
Jokaisella aterialla: aamupalalla, lounaalla ja välipalalla tarjotaan aina ruokajuomaa sekä leipää.

Erityisruokavaliomerkinä koskee ns. pääruokaa laktositon = L, vähälaktosoinen = VL, maitoproteiiton = M (jos on M on myös L ja VL), gluteeniton = G

PÄIVÄHOIDON RUOKALISTA



vk 41-42	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA
ma 9.10	KAURAPUURO (M) munavoi (L, G), tuoremehu leipä	BROILERKASTIKE (L, G) peruna persikkainen salaatti	MUROT + hillo (M) kauravuokaleipä, juusto, mandariini (alle 3 v. lusikkaruoka)
ti 10.10	MANNAVELLI kurkku kauravuokaleipä	KIRJOLOHILAATIKKO (L, G) kirpeä salaatti	OMENARIISIPUURO (M, G) maksamakkara setsuuri
ke 11.10	KAAKAO (G) sämpylä, juusto, porkkanapala (alle 3 v. puuro)	LIHAPYÖRYKKÄ (M) peruna, tomaattikastike (L, G) tuoresalaatti	SEKAMARJAKIISSSELI (M, G) kotijuusto (L, G) aurinkoleipä
to 12.10	OHRAHIUTALEVELLI paprika aurinkoleipä	MAKKARAKASTIKE (M) peruna melonisalaatti	SUKLAAKIISSSELI (L, G) tomaatti majurinleipä
pe 13.10	RUISHIUTALEPUURO (M) juusto, kurkku majurinleipä	HERNEKEITTO (alle 3 v. jauheliha) M, G varrasleipä, juusto omenalohkot	VANILJAJOGURTTI (G) paprika ruisruutu
ma 16.10	VEHNÄHIUTALEPUURO (M) keitetty kananmuna, tuoremehu leipä	LIHAKASTIKE (M) peruna pustan salaatti	HEDELMÄSALAATTI (M, G) voudinleipä, juusto, kurkku (alle 3 v. lusikkaruoka)
ti 17.10	RIISIHUUTALEVELLI kurkku voudinleipä	BROILERKIUSAUS (L, G) puutarhurin salaatti	MUSTAHERUKKAVISPIPUURO (M) juusto moniviljaruutu
ke 18.10	KAAKAO (G) sämpylä, lauantaimakkara, porkkanapala (alle 3 v. puuro)	PINAATTIOHUKAISET (M) peruna, vaalea kastike (L, G) fetasalaatti, hillo	MANSIKKARAHKA (L, G) kurkku aurinkoleipä
to 19.10	NELJÄNVILJANPUURO (M) juusto, tomaatti aurinkoleipä	KIRJOLOHIKEITTO (L, G) moniviljaruutu porkkanalohkot	GRAHAMLIHAPIIRAKKA (M) kurkkusalaatti, mandariini (alle 3 v. lusikkaruoka)
pe 20.10	MANNAPUURO kurkku paroninleipä	PASTAPATA (M) juustoraaste heleä jenkki-salaatti	KAAKAO (G) sämpylä, juusto, paprika (alle 3 v. lusikkaruoka)



Alle 3 vuotiaille aina välipalalla "lusikkaruokaa". Alle 3-vuotiaille lisäkepastan /-riisin tilalle perunaa. Aamupalalla puuron kanssa tarjolla aina hilloa.

Jokaisella aterialla: aamupalalla, lounaalla ja välipalalla tarjotaan aina ruokajuomaa sekä leipää.

Erityisruokavaliomerkitä koskee ns. pääruokaa laktositon = L, vähälaktosinen = VL, maitoproteiiniton = M (jos on M on myös L ja VL), gluteeniton = G