

## PÄIVÄHOIDON RUOKALISTA

2017


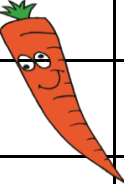
vk 43 - 44	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA
ma 23.10	<b>KAURAPUURO ( M )</b> keitetty kananmuna, tuoremehu leipä	<b>NAKKIKASTIKE ( M )</b> peruna Merjan salaatti	<b>MAISSIHUTALE + hillo ( M )</b> juusto, päärynä aurinkoleipä
ti 24.10	<b>MANNAVELLI</b> kurkku aurinkoleipä	<b>LOHIMUREKEPIHVI ( M )</b> peruna, kermaviilikastike (L,G) porkkanaraaste	<b>RUUSUNMARJAKIISSELI ( M, G )</b> kotijuusto ( L, G ) puhtipoika-leipä
ke 25.10	<b>KAAKAO ( G )</b> sämpylä, juusto, porkkanapala (alle 3 v. puuro)	<b>BROILER-PASTAVUOKA ( L )</b> maissisalaatti, hillo	<b>PUOLUKKAVISIPUURO ( M )</b> kalkkunaleike paroninleipä
to 26.10	<b>OHRAHIUTALEVELLI</b> tomaatti paroninleipä	<b>LIHAKEITTO ( M, G )</b> ruisruutu, juusto kurkku	<b>KARJALANPIIRAKKA ( L )</b> munavoi ( M, G ), viinirypäle ( alle 3 v. lusikkaruoka )
pe 27.10	<b>RUISHIUTALEPUURO ( M )</b> juusto, paprika voudinleipä	<b>JAUHELIHA-PERUNASOSELAATIKKO ( L, G )</b> paprikasalaatti	<b>HEDELMÄJOGURTTI ( G )</b> kurkku moniviljaruutu
ma 30.10	<b>VEHNÄHIUTALEPUURO ( M )</b> keitetty kananmuna, tuoremehu leipä	<b>LIHAPATA ( M, G )</b> peruna vihersalaatti	<b>KAAKAO ( G )</b> sämpylä, juusto, mandariini ( alle 3 v. lusikkaruoka )
ti 31.10	<b>RIISHIUTALEVELLI</b> kurkku ruisruutu	<b>HERNEKEITTO ( alle 3 v. jauheliha ) ( M,G )</b> setsuuri, juusto tuore kurkku	<b>PANNUKAKKU + hillo ( LA )</b> omena ( alle 3 v. lusikkaruoka )
ke 1.11	<b>KAAKAO ( G )</b> sämpylä, lauantaimakkara, porkkanapala ( alle 3 v puuro )	<b>UUNIKALA LEMON ( L )</b> peruna tuoresalaatti	<b>APRIKOOSIRAHKA ( L, G )</b> kurkku majurinleipä
to 2.11	<b>MANNAPUURO</b> tomaatti majurinleipä	<b>LIHAMAKARONILAATIKKO ( L )</b> porkkanaraaste	<b>AURINKOINEN APPELSIINIKIISSELI ( M, G )</b> juusto kauravuokaleipä
pe 3.11	<b>NELJÄNVILJANPUURO ( M )</b> juusto, kurkku kauravuokaleipä	<b>BROILERPYÖRYKKÄ ( M )</b> peruna, currykastike ( L, G ) kurpitsainen salaatti	<b>MANSIKKAJOGURTTI ( G )</b> paprika saaristolaisleipänen

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

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

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

## PÄIVÄHOIDON RUOKALISTA




vk 45 - 46	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA
ma 6.11	<b>KAURAPUURO ( M )</b> munavoi ( L, G ), tuoremehu leipä	<b>MAKKARAKEITTO ( M, G )</b> kurkku kauravuoka-leipä, juusto	<b>MUROT + hillo ( M )</b> juusto, appelsiini aurinkoleipä
ti 7.11	<b>MANNAVELLI</b> kurkku aurinkoleipä	<b>PORKKANANAPPI ( M, G )</b> peruna, mangorajakastike kylmä ( L, G ) fetasalaatti	<b>BOYSENMARJAKIISSSELI ( M, G )</b> juusto voudinleipä
ke 8.11	<b>KAAKAO ( G )</b> sämpylä, kalkkunaleike, porkkana (alle 3 v. puuro)	<b>BROILER-HEDELMÄKASTIKE ( L, G )</b> peruna melonisalaatti, hillo 	<b>RIESKA ( M )</b> kotijuusto ( L, G ), banaani ( alle 3 v. lusikkaruoka )
to 9.11	<b>RUISHIUTALEPUURO ( M )</b> juusto, tomaatti setsuuri	<b>LASAGNETTE ( L )</b> hedelmäinen salaatti	<b>MANSIKKAVISPIPUURO ( M )</b> lauantaimakkara viljanleipä
pe 10.11	<b>OHRAHIUTALEVELLI</b> kultakinkku, paprika sydänsämpylä	<b>KALAKEITTO ( L, G )</b> omena ruisruutu-leipä	<b>KAAKAO ( G )</b> sämpylä, juusto, kurkku ( alle 3 v. lusikkaruoka )
ma 13.11	<b>VEHNÄHIUTALEPUURO ( M )</b> keitetty kananmuna, tuoremehu leipä	<b>JUURESBOLOGNESE ( M )</b> peruna persikkainen salaatti	<b>RUISPALA ( M )</b> juusto, päärynä ( alle 3 v. lusikkaruoka )
ti 14.11	<b>RIISIHUUTALEVELLI</b> paprika kauraleipä 	<b>UUNIMAKKARA ( M, G )</b> perunasose ( L, G ) porkkanaraaste	<b>OMENA-KANELIKIISSSELI ( M, G )</b> juusto voudinleipä
ke 15.11	<b>KAAKAO ( G )</b> sämpylä, juusto, porkkanapala (alle 3 v. puuro)	<b>KINKKUKIUSAUS ( L, G )</b> maissisalaatti <b>punajuuri</b>	<b>KUNINGATARRAHKA ( L, G )</b> paprika setsuuri
to 16.11	<b>MANNAPUURO</b> kurkku setsuuri	<b>BROILERKEITTO ( L, G )</b> majurinleipä paprika	<b>JAUHELIHAPIZZA + mehu ( L )</b> lanttulohkot ( alle 3 v. lusikkaruoka )
pe 17.11	<b>NELJÄNVILJANPUURO ( M )</b> juusto, tomaatti aurinkoleipä	<b>KOULULAISEN KALALEIKE ( M )</b> peruna, vaalea tillikastike ( L, G ) Ailan salaatti	<b>BANAANIJOGURTTI ( G )</b> kurkku moniviljaruutu

Alle 3 vuotiaalle välipalalla "lusikkaruokaa". Alle 3-vuotiaalle lisäkepastan /-riisin tilalle perunaa. Aamupalalla puuron kanssa tarjolla hedelmäsosetta tai hilloa.

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

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

## PÄIVÄHOIDON RUOKALISTA

vk 47 - 48	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA
ma 20.11	<b>KAURAPUURO ( M )</b> munavoi ( L, G ), tuoremehu leipä	<b>BROILERKASTIKE ( L, G )</b> peruna persikkainen salaatti, hillo	<b>MUROT + hillo ( M )</b> juusto, mandariini kauraleipä
ti 21.11	<b>MANNAVELLI</b> kurkku kauraleipä	<b>KIRJOLOHIKUSAUS ( L, G )</b> kirpeä salaatti	<b>TROPIIKIN RIISIPUURO ( M, G )</b> maksamakkara setsuuri
ke 22.11	<b>KAAKAO ( G )</b> sämpylä, juusto, porkkanapala (alle 3 v. puuro)	<b>LIHAPYÖRYKKÄ ( M )</b> peruna, tomaattikastike ( L, G ) pirteä salaatti	<b>MANSIKKA-RAPARPERIKIISSELI ( M, G )</b> kotijuusto ( L, G ) aurinkoleipä
to 23.11	<b>OHRAHIUTALEVELLI</b> paprika aurinkoleipä	<b>MAKKARAKASTIKE ( M )</b> peruna porkkanaraaste	<b>SUKLAAKIISSELI ( L, G )</b> tomaatti majurin leipä
pe 24.11	<b>RUISHIUTALEPUURO ( M )</b> juusto, kurkku majurin leipä	<b>JAUHELIIHAKAITTO ( M, G )</b> leipä, juusto kurkku	<b>VANILJAJOGURTTI ( G )</b> paprika ruisruutu
ma 27.11	<b>VEHNÄHIUTALEPUURO ( M )</b> keitetty kananmuna, tuoremehu leipä	<b>LIHAKASTIKE ( M )</b> peruna pustan salaatti	<b>HEDELMÄSALAATTI ( M, G )</b> juusto, kurkku voudinleipä
ti 28.11	<b>RIISHIUTALEVELLI</b> kurkku voudinleipä	<b>PINAATTIOHUKAISET ( M )</b> peruna, vaalea kastike ( L, G ) fetasalaatti, puolukkahillo	<b>MUSTIKKAVISPIPUURO ( M )</b> juusto moniviljaruutu
ke 29.11	<b>KAAKAO ( G )</b> sämpylä, kultakinkku, porkkanapala (alle 3 v. puuro)	<b>SPAGETTIPATA ( M )</b> juustoraaste puutarhurin salaatti	<b>MANSIKKARAHKA ( L, G )</b> kurkku aurinkoleipä
to 30.11	<b>NELJÄNVILJANPUURO ( M )</b> juusto, tomaatti aurinkoleipä	<b>KAHDEN KALAN KEITTO ( L, G )</b> lukkarin leipä porkkanalohkot	<b>GRAHAMLIHAPIIRAKKA ( M )</b> kurkkusalaatti, vesimeloni ( alle 3 v. lusikkaruoka) 
pe 1.12	 <b>RIISIPUURO + sokeri ja kaneli ( G )</b> kalkkunaleike, kurkku joululimppu 	<b>BROILERKIUSAUS ( L, G )</b> heleä jenkki-salaatti <b>piparkakku</b>	<b>KAAKAO ( G )</b> sämpylä, juusto, paprika ( alle 3 v. lusikkaruoka )

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

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

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