



RUOKALISTA 2019 kevät - PÄIVÄKODIT

vko 1	MA 11.2/25.3/6.5	TI 12.2/26.3/7.5	KE 13.2/27.3/8.5	TO 14.2/28.3/9.5	PE 15.2/29.3/10.5	LA 16.2/	SU 17.2/
AP	Vehnähiutalepuuro, tomaatti, keittokinkku	Kaurapuuro, appelsiinilohkot	Ruishiutalepuuro, kurkku, juusto	Neljänviljanpuuro, kananmuna	Vehnähiutalepuuro, omenalohkot, juusto	Kaurapuuro, leikkele, kurkku	Ruishiutalepuuro, kotimaiset marjat, juusto
LO	Jauhelihakastike, spageetti Kasvis-linssikastike Porkkanaraaste	Kahden kalan kastike Peruna Ruisleipä Punajuuriviipale Jäävuorisalaatti	Riisipuuro Kinkkuleike (Juusto) Leipävalikoima Tuoremarjakiisseli	Uunimakkara Soijamakkara Perunasose L Kaalirouhe- ananassalaatti	Lempeä broilerikeitto Lempeä kasviskeitto Tuorekurkku Leipävalikoima	Sianlihakastike, Peruna Porkkanaraaste Puolukkarahka	Broilerifilee leike Riisi Vaaleakastike Mango-coleslaw salaatti
VP	Sämpylä, kurkku, maito	Maito, ruisleipä, juusto	Ohukaiset ja sekahillo	Päärynäkiisseli, maito	Ruisleipä, kinkkuleikkele, tuoremehu	Sämpylä, juusto ja maito	Riisipiirakka, leikkele/juusto, maito
PÄ	Perunavelli, banaani	Makkarakeitto	Jauhelihakeitto	Lohikeitto	Pinaattikeitto, kananmuna	Riisivelli	Kasvissosekeitto, kauden hedelmä
vko 2	MA 7.1/18.2/1.4/13.5	TI 8.1/19.2/2.4/14.5	KE 9.1/20.2/3.4/15.5	TO 10.1/21.2/4.4/16.5	PE 11.1/22.2/5.4/17.5	LA 12.1/23.2/6.4/18.5	SU 13.1/24.2/7.4/19.5
AP	Ohrahiutalepuuro persikkasose	Neljänviljanvelli, broilerileikkele, kurkku	Vehnähiutalepuuro, porkkanapölkky	Kaurapuuro, juusto, tomaatti	Neljänviljanpuuro, banaani	Ohrahiutalepuuro ruusunmarjasose	Ruishiutalepuuro, leikkele, kurkku
LO	Kebab-riisivuoka Kasvis-riisivuoka Kiinankaali-tomaattisalaatti Kauden hedelmä	Pinaattiohukaiset Kermaperunat Puolukkahillo Porkkanaraaste	Sianliha-perunalaatikko Kesäkurpitsa-perunalaatikko Punajuurikuutio	Kirjolohikeitto L Paprikasuikale Ruisleipä	Broileria mangokastikkeessa, Quornia mangokastikkeessa Ohrahelmi Kaalimustaherukka-salaatti	Tonnikala-perunalaatikko, Tuoresalaatti Mehukiisseli	Nakkistroganoff Perunasose, porkkana Kaali-puolukkaraste Karpalokiisseli
VP	Riisipiirakka, kurkku, maito	Sekamarjakiisseli maito	Mustikkapiirakka, vaniljakastike	Grahamsämpylä, kurkku ja maito	Jogurtti, ruisleipä, maito	Ruisleipää, leikkele ja maito	Sekaleipä, juusto, ja maito
PÄ	Seikeitto	Vehnähiutalevelli	Riisipuuro, puolukkakiisseli	Jauhelihakeitto	Kauravelli	Broilerikeitto	Juustokasviskeitto



RUOKALISTA 2019 kevät - PÄIVÄKODIT

vko 3	MA 14.1/25.2/8.4/20.5	TI 15.1/26.2/9.4/21 .5	KE 16.1/27.2/10.4/22.5	TO 17.1/28.2/11.4/23. 5	PE 18.1/1.3/12.4/24.5	LA 19.1/2.3/13.4/25.5	SU 20.1/3.3/14.4/26.5
AP	Kaurapuuro, mustaherukkasose	Vehnähiutale- puuro, tomaatti	Neljänviljanpuuro, leikkele	Ohrahiutalepuuro, kurkku	Vehnähiutalepuuro, porkkanapölkky	Ruishiutalepuuro, persikkasose	Kaurapuuro, makkara, kasvis
LO	Balkan-kasvisvuoka Quorn-kasvisvuoka Jäävuori- hernesalaatti Ketsuppi	Lihapyörökät Kastike Kasvispihvit Perunat Porkkana- lantturaaste	Juustoinen juurespaistos Leipävalikoima Vesimelonikolmio Jäävuorisalaatti	Kalaleike, Kermaviilikastike Perunasose L Kaalirouhe- appelsiinisalaatti	Pinaattikeitto Kananmuna Tomaatti Ruisleipä	Merimiespihvi Punajuurikuutio Omenalohko	Pielisen haukipullat, Perunat, Juustokastike, Jäävuori-tomaattisalaatti
VP	Perunarieskat, kurkku ja maito	Metsämarjapiimä, sekaleipä ja maito	Suklaakiisseli, maito	Ruisleipä, juusto ja maito	Jäätelö, sekaleipä, maito	Viili, ruisleipä ja maito	Riisipiirakka, juusto ja maito
PÄ	Juustoinen porokeitto	Savulohikeitto	Broilerikeitto	Kasvissosekeitto kauden hedelmä	Nakkikeitto	Riisivelli	Lihapyörökäkeitto
vko 4	MA 21.1/4.3/15.4/27.5	TI 22.1/5.3/16.4/ 28.5	KE 23.1/6.3/17.4/29.5	TO 24.1/7.3/18.4/30.5	PE 25.1/8.3/19.4/31.5	LA 26.1/9.3/20.4/1.6 koulu loppuu	SU 27.1/10.3/21.4/2.6
AP	Ohrahiutalepuuro, tomaatti	Kauravelli, appelsiini	Ruishiutalepuuro, sekahillo, lehtisalaatti	Vehnähiutalepuuro kurkku	Kaurapuuro, aprikoosisose lanttupölkky	Neljänviljan puuro, omenasose	Ruishiutalepuuro, juusto puolukkasurvos
LO	Lasagnette Kasvislasagnette Maustekurkkuviiipale Jäävuorisalaatti	Seikalakeitto Porkkanapölkky Ruisleipä Mangokiisseli	Broileripasta Kasvis-kookospasta Punakaalirouhe- omenasalaatti Ketsuppi	Nakkikastike Kikherne-kasviscurry Perunaa Porkkanaraaste	Kasvissosekeitto Juusto Tomaatti Leipävalikoima	Jauhelihakastike Peruna Keitetty porkkana Aprikoosikiisseli	Kalamureke pihvi, Perunasose Grillisalaatti
VP	Sämpylä, leikkele, maito	Riisimurot/täys- jyvämuuro, juusto, maito	Mansikkakiisseli, maito	Hedelmäinen jogurtti- rahka, maito	Ruisleipä, kalkkunaleikkele, maito	Sekaleipä, juusto ja maito	Metsämarjapiimä, sekaleipä ja juusto
PÄ	Porkkanavelli, juusto	Siskonmakkara- keitto	Mannavelli, perunakukko	Perunavelli, banaani	Kalkkunakeitto	Kasviskeitto kinkkumakkaraleike	Riisivelli Kurkku



RUOKALISTA 2019 kevät - PÄIVÄKODIT

vko 5	MA 28.1/11.3/22.4	TI 29.1/12.3/23.4	KE 30.1/13.3/24.4	TO 31.1/14.3/25.4	PE 1.2/15.3/26.4	LA 2.2/16.3/27.4	SU 3.2/17.3/28.4
AP	Kaurapuuro, juusto, kurkku	Riisihiutalevelli, tomaattiviipale	Ohrahiutalepuuro, broilerileikkele	Kaurapuuro, banaani	Ohrahiutalepuuro, tomaatti	Ruishiutalepuuro, ruusunmarjasose	Vehnähiutalepuuro, juusto, kurkku
LO	Siskonmakkara-keitto Soijamakkara-keitto Tuorekurkku Leipävalikoima	Kalkkunaohratto Kasvisohratto Jäävuori-persikkasalaatti Kauden hedelmä	Kalapihvit, Perunat Kermaviilikastike Punajuurikuutio Ruisleipä	Jauhelihamakaroni-laatikko Soijamakaronilaatikko Porkkanaraaste	Perunavelli Makkara-leikkele (juusto) Paprika, Leipävalikoima	Sianlihapata Peruna Kiinankaalisuikale Punajuurikuutio	Lindströminpihvit Perunasose Porkkana-ananasraaste
VP	Jogurttirahka-smoothie ja maito	Kaakao ja sämpylä	Riisipiirakka, kananmuna, maito	Ruusunmarjakiisseli, lanttupölkky, maito	Porkkanapannari, tuoreherukkahillo ja maito	Puolukkapuuro ja maito	Ruisleipä, leikkelettä ja maito
PÄ	Lohikeitto	Kinkkukeitto	Kauravelli ja juusto	Juustoinen parsakaalikeitto	Lihakeitto	Neljänviljanvelli	Pinaattikeitto, kananmuna
vko 6	MA 4.2/18.3/29.4	TI 5.2/19.3/30.4	KE 6.2/20.3/1.5	TO 7.2/21.3/2.5	PE 8.2/22.3/3.5	LA 9.2/23.3/4.5	SU 10.2/24.3/5.5
AP	Riisihiutalevelli, kurkku, juusto	Mannavelli, kauden hedelmä	Neljänviljanpuuro, Kalkkunaleike	Vehnähiutalepuuro, paprika	Neljänviljanpuuro, mansikkapuna-herukkasose	Ruishiutalepuuro, kasvis	Vehnähiutalepuuro, juusto, kurkku
LO	Broilerikastike Ratatouille Riisi Mustaherukkahillo Jäävuori-retiisisalaatti	Kirjolohikiusaus Punajuurisalaatti	Hernekeitto Kasvishernekeitto Mandariini Ruisleipä Sinappi	Karjalanpaisti Feta-karjalanpaisti Perunaa Porkkanakuutio Tomaatti	Ohrasuurimopuuro Mehukeitto Kalkkunaleikkele (juusto) Omenalohkot Leipävalikoima	Broilersuikalekastike, Ohrahelmi/riisi Punajuurisalaatti	Jauhelihampyörökät Perunat Ruskea kastike Paprika Jääsalaattia
VP	Sämpylä, porkkanalevite, omenalohko ja maito	Marjat, vaniljakastike, maito	Ruisleipä, juusto ja maito	Mustikkarahka ja maito	Jauhelihamunakas ja maito	Riisipiirakka, juusto, maito	Jogurtti, ruisleipä ja maito
PÄ	Riisipuuro	Bataattikeitto	Kauravelli	Lohikeitto	Kukkakaalikeitto, rypäleet	Porkkanavelli	Juusto-tomaattikeitto

Talviloma vko 10, 4.3-8.3.2019, pääsiäinen 19.4-22.4.2019, vappu ke 1.5.2019, helatorstai 30.5.2019, **RUOKALISTAMUUTOKSET MAHDOLLISIA**, Hyvää ruokahalua!