

PÄIVÄKESKUSTEN RUOKALISTA AJALLA 10.2.- 5.4.2020

Aterioihin kuuluu ruokajuoma, leipä ja levite



Maanantai 10.2.2020	Tiistai 11.2.2020	Keskiviikko 12.2.2020	Torstai 13.2.2020	Perjantai 14.2.2020
<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>
Ruishiutalepuuro (M,L) Juusto Omenatuoremehu	Ohrahiutalepuuro Leikkele Paprikasuikale	Vehnä-kaurahiutalepuuro Leikkele Persikkasose	Neljänviljanpuuro (M,L) Juusto Marjasekoitus	Kauralesepuuro Leikkele Jääsalaatti
<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>
Perhetilan kanapata (L,G) Perunat Kaali-kesäkurpitsa- omenasalaatti Raparperi-mansikkakiisseli	Juustoinen riistakeitto (L,G) Tomaatti, kurkku Vatkattu puolukkapuuro (M,L)	Silakkapihvit (M,L) Pinaatti-yrtti-jogurttikastike (L,G) Peruna-porkkanasose (L,G) Kiinankaali-paprikasalaatti Mustikkakiisseli	Jauhelihakastike (M,L) Perunat Parsakaali Porkkana-vihersalaatti Hedelmäsalaatti	Perunasoselaatikko Kiinankaali-mandariini- tomaattisalaatti Punajuuri Vadelmakiisseli
<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>
Päivittäin vaihdellen pikkupullaa, pitkoa, kakkua tai makeaa piirakkaa				
Maanantai 17.2.2020	Tiistai 18.2.2020	Keskiviikko 19.2.2020	Torstai 20.2.2020	Perjantai 21.2.2020
<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>
Kolmenviljan puuro Leikkele Kurkkuviipale	Ruishiutalepuuro (M,L) Juusto Marjasekoitus	Mannapuuro Leikkele Persikkasose	Kaurapuuro (M,L) Juusto Appelsiinituoremehu	Monenviljanpuuro Leikkele Jääsalaatti
<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>
Nakkikastike (M,L) Perunat Kukkakaali Jäävuori-paprikasalaatti Karpalokiisseli	Kasviskepukat (M,L,G) Juustokastike (L,G) Perunasose (L,G) Jäävuori-kesäkurpitsasalaatti Ruusunmarjakiisseli	Liha-makaronilaatikko (L) Porkkanaraaste Hedelmärahka (L,G)	Sitruunainen kalaleike (M,L) Kermaviilikastike (L,G) Perunat Kirpeäsalaatti Vatkattu punaherukkapuuro (M,L)	Kanakeitto (M,L,G) Kurkkuviipale Ohukkaat Hillo
<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>
Päivittäin vaihdellen pikkupullaa, pitkoa, kakkua tai makeaa piirakkaa				

Ruokalistalla käytetyt lyhenteet: M = maidoton; L = laktoositon; G = tuote soveltuu keliakia ruokavaliioon, tuote on gluteeniton

PÄIVÄKESKUSTEN RUOKALISTA AJALLA 10.2.- 5.4.2020

Aterioihin kuuluu ruokajuoma, leipä ja levite



Maanantai 24.2.2020	Tiistai 25.2.2020	Keskiviikko 26.2.2020	Torstai 27.2.2020	Perjantai 28.2.2020
<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>
Vehnä-kaurahiutalepuuro Leikkele Appelsiinituoremehu	Neljänviljanpuuro (M,L) Leikkele Banaani	Vehnähiutalevelli Leikkele Maustekurkku	Kolmenviljan puuro Juusto Marjasekoitus	Mannapuuro Leikkele Tomaattiviipale
<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>
Sitruunainen kalavuoka (L,G) Perunat Porkkanat Jäävuori-mandariini- hernesalaatti Punaherukka-mansikkakiisseli	Hernekeitto (M,L,G) Kurkkuviipale Persikkakiisseli	Broilerkiusaus (L,G) Punakaali-kurkkusalaatti Vatkattu mansikka- raparperipuuro (M,L)	Possukastike (M,L) Perunat Parsakaali Porkkana-kaalisalaatti Marjakiisseli	Kalakepukat (M,L,G) Tillikastike (L) Perunasose (L,G) Jäävuori-ananassalaatti Mansikkakiisseli
<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>
Päivittäin vaihdellen pikkupullaa, pitkoa, kakkua tai makeaa piirakkaa				
Maanantai 2.3.2020	Tiistai 3.3.2020	Keskiviikko 4.3.2020	Torstai 5.3.2020	Perjantai 6.3.2020
<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>
Ruishiutalepuuro (M,L) Leikkele Omenasose	Kauralesepuuro Leikkele Marjasekoitus	Vehnä-kaurahiutalepuuro Leikkele Kurkkuviipale	Mannapuuro Juusto Maustekurkku	Neljänviljanpuuro (M,L) Leikkele Lehtisalaatti
<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>
Pyttipannu (M,L,G) Kiinankaali-kurkkusalaatti Punajuuri Ruusunmarjakiisseli	Juustoinen kirjolohikeitto (L,G) Paprikasuikale Vatkattu punaherukkapuuro (M,L)	Uunimakkara (M,L,G) Ruskeakastike (M,L) Perunasose (L,G) Kukkakaali Porkkana-kaalisalaatti Mustaherukka-banaanirahka (L,G)	Broilerpata kiinalaisittain (M,L,G) Riisit Vihreäsalaatti Raparperikiisseli	Lasagnette (L) Parsakaali Porkkana-lantturaaste Hedelmäkiisseli
<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>
Päivittäin vaihdellen pikkupullaa, pitkoa, kakkua tai makeaa piirakkaa				

Ruokalistalla käytetyt lyhenteet: M = maidoton; L = laktoositon; G = tuote soveltuu keliakia ruokavaliioon, tuote on gluteeniton

PÄIVÄKESKUSTEN RUOKALISTA AJALLA 10.2.- 5.4.2020

Aterioihin kuuluu ruokajuoma, leipä ja levite



Maanantai 9.3.2020	Tiistai 10.3.2020	Keskiviikko 11.3.2020	Torstai 12.3.2020	Perjantai 13.3.2020
<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>
Kauralesepuuro Leikkele Kurkkuviipale	Ohrahiutalepuuro Juusto Paprikasuikale	Vehnähiutalevelli Leikkele Omenatuoremehu	Ruishiutalepuuro (M,L) Leikkele Marjasekoitus	Monenviljanpuuro Juusto Jääsalaatti
<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>
Kalkkuna-kasviskastike (L,G) Riisi-viljalisäke (M,L) Kaali-persikkasalaatti Mustaherukkakiisseli	Sitruunainen kalaleike (M,L) Kermaviilikastike (L,G) Perunasose (L,G) Pavut Kiinankaali-porkkanasalaatti Persikkakiisseli	Kinkkukiusaus (L,G) Amerikansalaatti Vatkattu puolukkapuuro (M,L)	Jauhelihakeitto (M,L,G) Kurkkuviipale Ohukkaat (L) Hillo	Palermon pasta (L) Porkkanat Punakaali-kurkkusalaatti Mustikkakiisseli
<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>
Päivittäin vaihdellen pikkupullaa, pitkoa, kakkua tai makeaa piirakkaa				
Maanantai 16.3.2020	Tiistai 17.3.2020	Keskiviikko 18.3.2020	Torstai 19.3.2020	Perjantai 20.3.2020
<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>
Kolmenviljan puuro Juusto Omenatuoremehu	Kaurapuuro (M,L) Leikkele Marjasekoitus	Ruishiutalepuuro (M,L) Juusto Paprikasuikale	Riisipuuro (G) Leikkele Kurkkuviipale	Mannapuuro Leikkele Tomaattiviipale
<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>
Tomaattinen linssikastike (M,L,G) Perunat Kiinankaali-kurkkusalaatti Ruusunmarjakiisseli	Perhetilan kana-juuresvuoka (L,G) Kukkakaali Vihersalaatti Maitokiisseli (L,G)	Uunilohi (M,L,G) Tartarkastike (M,L,G) Perunasose (L,G) Jäävuori-kesäkurpitsasalaatti Marjarahka (L,G)	Lihakeitto (M,L,G) Tomaattiviipale Vatkattu mansikka-raparperipuuro (M,L)	Broilerpihvit (M,L) Currykastike (L,G) Perunat Parsakaali Porkkanaraaste Hedelmäsalaatti
<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>
Päivittäin vaihdellen pikkupullaa, pitkoa, kakkua tai makeaa piirakkaa				

Ruokalistalla käytetyt lyhenteet: M = maidoton; L = laktoositon; G = tuote soveltuu keliakia ruokavaliioon, tuote on gluteeniton

PÄIVÄKESKUSTEN RUOKALISTA AJALLA 10.2.- 5.4.2020

Aterioihin kuuluu ruokajuoma, leipä ja levite



Maanantai 23.3.2020	Tiistai 24.3.2020	Keskiviikko 25.3.2020	Torstai 26.3.2020	Perjantai 27.3.2020
<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>
Kauralesepuuro Juusto Tomaattiviipale	Ohrahiutalepuuro Leikkele Omenatuoremehu	Ruishiutalevelli Juusto Marjasekoitus	Vehnä-kaurahiutalepuuro Leikkele Paprikasuikale	Neljänviljanpuuro (M,L) Leikkele Lehtisalaatti
<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>
Bolognesekastike (M,L,G) Perunat Kaali-kesäkurpitsa- ananassalaatti Mustaherukkakiisseli	Lohikiusaus (L,G) Punajuuri Porkkana-jäävuorisalaatti Mansikkakiisseli	Broilerkastike (L) Perunat Värikkäät porkkanat Herukkainen salaatti Sitruunavaahto (L,G)	Porkkanapihvit (M,L,G) Kinkkusipatti (L,G) Perunat Kiinankaali-papusalaatti Vadelmakiisseli	Kala-kasviskeitto (L,G) Kurkkuviipale Vatkattu puolukkapuuro (M,L)
<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>
Päivittäin vaihdellen pikkupullaa, pitkoa, kakkua tai makeaa piirakkaa				
Maanantai 30.3.2020	Tiistai 31.3.2020	Keskiviikko 1.4.2020	Torstai 2.4.2020	Perjantai 3.4.2020
<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>	<i>Aamupala</i>
Vehnähiutalepuuro (M,L) Leikkele Omenatuoremehu	Kaurapuuro (M,L) Leikkele Persikkasose	Monenviljanpuuro Juusto Paprikasuikale	Neljänviljanpuuro (M,L) Leikkele Kurkkuviipale	Vehnähiutalevelli Juusto Marjasekoitus
<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>	<i>Lounas</i>
Kasvislasagnette (L) Porkkanat Vihersalaatti Persikkakiisseli	Broilerkiausaus (L,G) Kaali-kesäkurpitsa-sellerisalaatti Marjakiisseli	Tomaattinen uunikala (L,G) Perunat Kiinankaali-mandariini- hernesalaatti Vatkattu punaherukkapuuro (M,L)	Broiler-vihanneskeitto (M,L,G) Paprikasuikale Kaura-omenapaistos (M,L) Vaniljakastike (L,G)	Lihapyörökät (M,L) Tomaattikastike (M,L) Perunasose (L,G) Raastesalaatti Puolukkakeitto
<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>	<i>Päiväkahvi</i>
Päivittäin vaihdellen pikkupullaa, pitkoa, kakkua tai makeaa piirakkaa				

Ruokalistalla käytetyt lyhenteet: M = maidoton; L = laktoositon; G = tuote soveltuu keliakia ruokavaliioon, tuote on gluteeniton