

YLIVIESKAN PÄIVÄKOTIEN RUOKALISTA KEVÄT 2025

VK: 3, 8, 13, 18

VKO	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
AAMU-PALA	Kaurapuuro M Hedelmäsose Kauraleipä	Kaurapuuro M Marjasose Ruisleipä	Neljänviljanpuuro M Kananmuna Kurkkupalkki Ruislimppu	Vehnähiutalepuuro L Vesimeloniviipale Pehmeä sekaleipä	Ruishiutalepuuro M Saunapalvileikkele Jääsalaatti Ruisleipä
LOUNAS	Jauhelihakeitto M, G Polar juusto Hedelmä Grahamsämpylä	Uunikala kastikkeessa G, L Perunat Jäävuori-punafrisee- kesäkurpitsasalaatti Punajuurikuutio Pehmeä sekaleipä	Porojuustokeitto L, G Paprikasuikale Ruisleipä	Kalkkunakastike G, L Riisi Salaattimix-kurkku-ananassalaatti Mustaherukkahillo Pehmeä sekaleipä	Lasagnette L Kaali-jäävuori-mandariinisalaatti Ketsuppi Pehmeä sekaleipä
VÄLI-PALA	Marjakiisseli G, M edamjuusto Tomaattiviipale Kauraleipä	Mangokiisseli G, M Ruisleipä Kurkkuviipale	Jogurtti L, G Jääsalaatti Ruislimppu	Mansikkamousse L, G Kanapalvileikkele Pehmeä sekaleipä Paprikasuikaleet	Hedelmäkiisseli G, M Ruisleipä Viinirypäleet

Aterialla aina tarjolla: Rasvaton maito/piimä, vesi, näkkäri, margariini (ravitsemussuosituksen mukainen), erityisruokavalion mukainen juoma: kaurajuoma, soijajuoma

G = GLUTEENITON, L = LAKTOOSITON, M = MAIDOTON

YLIVIESKAN PÄIVÄKOTIEN RUOKALISTA KEVÄT 2025

VK: 4, 9, 14, 19

VKO	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
AAMU-PALA	Kaurapuuro M Hedelmäsose Kauraleipä	Kaurapuuro M Marjasose Ruisleipä	Neljänviljanpuuro M Kananmuna Kurkkupalkki Ruislimppu	Vehnähiutalepuuro L Vesimeloniviipale Pehmeä sekaleipä	Ruishiutalepuuro M Saunapalvileikkele Jääsalaatti Ruisleipä
LOUNAS	Nakkikastike G, M Perunat Vihreäsalaatti-retiisi-ananassalaatti Kauraleipä	Pinaattihukaiset L Perunasose G, L Jäävuori-punafrisee-paprika-mangokuutiosalaatti Puolukkasose Raejuusto Kauraleipä	Kalakeitto G, L Oltermannijuusto Salaatinlehti Ruissämpylä	Lihapyörökät M, L Perunat Kastike G, M Salaattimix-tomaatti-kurkkukuutiosalaatti Kauraleipä	Broileripastavuoka L Rapea-vesimelonisalaatti Kauraleipä
VÄLI-PALA	Päärynäkiisseli G, M Kauraleipä Edamjuusto Kurkkuviipale	Vadelmavispipuuro M, L Ruisleipä Tomaattiviipale Saunapalvi leikkele	Maku viilis (vaihtuva maku) Paprikasuikale Ruislimppu	Hedelmäsmoothie L, G Pehmeä sekaleipä Päärynä	Banaani Kurkkupalkki Ruisleipä

Aterialla aina tarjolla: Rasvaton maito/piimä, vesi, näkkäri, margariini (ravitsemussuosittelun mukainen), erityisruokavalion mukainen juoma: kaurajuoma, soijajuoma

G = GLUTEENITON, L = LAKTOOSITON, M = MAIDOTON

YLIVIESKAN PÄIVÄKOTIEN RUOKALISTA KEVÄT 2025

VK: 5, 10, 15, 20

VKO	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
AAMU-PALA	Kaurapuuro M Hedelmäsose Kauraleipä	Kaurapuuro M Marjasose Ruisleipä	Neljänviljanpuuro M Kananmuna Kurkkupalkki Ruislimppu	Vehnähiutalepuuro L Vesimeloniviipale Pehmeä sekaleipä	Ruishiutalepuuro M Saunapalvileikkele Jääsalaatti Ruisleipä
LOUNAS	Jauhelihakastike G, M Spagetti/ Makaroni Jäävuori-kurkku-persikka Ketsuppi Pehmeä sekaleipä	Kananugetit M, L Riisi Kastike G, L Jäävuori-punafrisee-tomaattisalaatti Pehmeä sekaleipä	Uunimakkara M, G Perunasose G, L Kaali-rapea-melonisalaatti Sinappi ja Ketsuppi Kurkkusalaatti Pehmeä sekaleipä	Maksalaatikko G, L Perunat Voisulakastike G, L Puolukkasose Jäävuori-kurkku-tomaattisalaatti Ruisleipä	Kirjolahivuoka G, L Kaali-kesäkurpitsa-ananassalaatti Punajuurikuutiot Kauraleipä
VÄLI-PALA	Perunarieskanen Paprikasuikaleet Edamjuusto	Hedelmämousse L, G Ruisleipä Keittokinkku leike Kurkkuviipaleet	Marjat ja luonnonjogurtti L, G Ruislimppu Tomaatti	Mangovispipuuro M, L Omenalohko Pehmeä sekaleipä	Jogurtti L, G Ruisleipä Kurkkupalkki

Aterialla aina tarjolla: Rasvaton maito/piimä, vesi, näkkäri, margariini (ravitsemussuositusten mukainen), erityisruokavalion mukainen juoma: kaurajuoma, soijajuoma

G = GLUTEENITON, L = LAKTOOSITON, M = MAIDOTON

YLIVIESKAN PÄIVÄKOTIEN RUOKALISTA KEVÄT 2025

VK: 6, 11, 16, 21

	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIikko	TORSTAI	PERJANTAI
AAMU-PALA	Kaurapuuro M Hedelmäsose Kauraleipä	Kaurapuuro M Marjasose Ruisleipä	Neljänviljanpuuro M Kananmuna Kurkkupalkki Ruislimppu	Vehnähiutalepuuro L Vesimeloniviipale Pehmeä sekaleipä	Ruishiutalepuuro M Saunapalvileikkele Jääsalaatti Ruisleipä
LOUNAS	Broilerikastike G, L Riisi Jäävuori-kaali-persikkasalaatti Mustaherukkahillo Pehmeä sekaleipä	Hernekeitto G, L Edam juusto Rieska Tuorekurkkuviipale Sinappi	Jauhelihapihvi M, L Perunat ja kastike G, L Punakaali-kesäkurpitsa- kartanoherkkusalaatti Sinappi ja ketsuppi Pehmeä sekaleipä	Lohikeitto G, L Kevyt Balkan makkara leike M, G Salaatinlehti Ruisleipä	Kinkkukiusaus G, L Vihreäsalaatti-kurkkukuutio- mandariinisalaatti Pehmeä sekaleipä
VÄLI-PALA	Ruusunmarjakiisseli G, M Kauraleipä Edamjuusto Päärynä	Pannari L ja mansikkahillo Tomaattiviipale	Marjarahka L, G Ruislimppu Appelsiinilohko	Murot maidolla Pehmeä sekaleipä Kurkkuviipaleet	Raparperikiisseli G, M Grahamsämpylä Paprikasuikaleet

Aterialla aina tarjolla: Rasvaton maito/piimä, vesi, näkkäri, margariini (ravitsemussuositusten mukainen), erityisruokavalion mukainen juoma: kaurajuoma, soijajuoma

G = GLUTEENITON, L = LAKTOOSITON, M = MAIDOTON

YLIVIESKAN PÄIVÄKOTIEN RUOKALISTA KEVÄT 2025

VK: 7, 12, 17, 22

VKO	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
AAMU-PALA	Kaurapuuro M Hedelmäsose Kauraleipä	Kaurapuuro M Marjasose Ruisleipä	Neljänviljanpuuro M Kananmuna Kurkkupalkki Ruislimppu	Vehnähiutalepuuro L Vesimeloniviipale Pehmeä sekaleipä	Ruishiutalepuuro M Saunapalvileikkele Jääsalaatti Ruisleipä
LOUNAS	Aurinkoinen Broilerikeitto G, L Oltermannijuusto Paprikasuikaleet Pehmeä sekaleipä	Kalapyörykät G, M Perunasose G, L Jäävuori-kurkku-maissisalaatti Punajuurikuutiot Pehmeä sekaleipä	Kasvissosekeitto G, L Riisipiirakka L Tuorekurkku viipaleet	Palapaisti G, L Perunat Vihannesmix Jäävuori-punafrisee-omena-kurpitsasalaatti Kauraleipä	Makaronilaatikko L Kaali-kurkku-ananassalaatti Ketsuppi Kauraleipä
VÄLI-PALA	Pikkupulla Kauraleipä Kalkkunaleike Mandariini	Omenapäärynäkiisseli G, M Ruispala Kurkkuviipale	Mansikkavispipuuro M, L Ruislimppu Edamjuusto Kesäkurpitsaviipale	Banaani Pehmeä sekaleipä Kurkkupalkki	Hedelmäinen vanukas L, G Ruisleipä Tomaatti

Aterialla aina tarjolla: Rasvaton maito/piimä, vesi, näkkäri, margariini (ravitsemussuositusten mukainen), erityisruokavalion mukainen juoma: kaurajuoma, soijajuoma

G = GLUTEENITON, L = LAKTOOSITON, M = MAIDOTON