

YLIVIESKAN PÄIVÄKOTIEN RUOKALISTA

VK: 49

VKO	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
AAMU-PALA	Kaurapuuro M Hedelmäsose Ruisleipä	Kaurapuuro M Vesimeloniviipale Ruisleipä	Neljänviljanpuuro M Kananmuna Kurkkupalkki Perunalimppu	Vehnähiutalepuuro L Marjasose Kauraleipä	
LOUNAS	Aurinkoinen Broilerikeitto G, L Oltermannijuusto Paprikasuikaleet Vaalea leipä	Kalapyörykät G, M Perunasose G, L Jäävuori-kurkku-maissisalaatti Punajuurikuutiot Vaalea leipä	Kasvissosekeitto G, L Riisipiirakka L Tuorekurkku viipaleet	Lohileike L Perunat Maitokastike L, G Jäävuori-punafrisee-omena- kurpitsasalaatti Kauraleipä	ITSENÄISYSPÄIVÄ
VÄLI-PALA	Pikkupulla Kauraleipä Kalkkunaleike Mandariini	Omenapäärynäkiisseli G, M Kauraleipä Kurkkuviipale	Mansikkavispipuuro M, L Kauraleipä Edamjuusto Kesäkurpitsaviipale	Mustikkarahka L, G Ruisleipä Porkkanapalkki (syksy) Kurkkupalkki (kevät)	

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

VK: 50

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

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

VK: 51

VKO	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
AAMU-PALA	Kaurapuuro M Hedelmäsose Ruisleipä	Kaurapuuro M Vesimeloniviipale Ruisleipä	Neljänviljanpuuro M Kananmuna Kurkkupalkki Perunalimppu	Vehnähiutalepuuro L Marjasose Kauraleipä	Ruishiutalepuuro M Saunapalvileikkele Jääsalaatti Ruisleipä
LOUNAS	Nakkikastike G, M Perunat Vihreäsalaatti-retiisi-ananassalaatti Kauraleipä	Kalakeitto G, L Oltermannijuusto Salaatinlehti Sämpylä	Joulukinkku G, M Perunat Sinappinen kastike G, L Lanttulaatikko G, L Rosolli G, M + kastike G, L Jäävuori-kurkku-persikkasalaatti Joululimppu	Lihapyörökät M, L Perunat Kastike G, M Salaattimix-tomaatti- kurkkukuutiosalaatti Kauraleipä	Riisipuuro G, L Kanelisokeri Kurkkupalkki Saunapalvileike Kauraleipä
VÄLI-PALA	Päärynäkiisseli G, M Kauraleipä Edamjuusto Kurkkuviipale	Vadelmavispipuuro M, L Kauraleipä Tomaattiviipale Saunapalvi leikkele	Aprikoosikiisseli M, G Paprikasuikale Pehmeä leipä	Hedelmäsmoothie L, G Ruisleipä Päärynä	Banaani Kurkkupalkki Kauraleipä

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

VK: 52

VKO	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIikko	TORSTAI	PERJANTAI
AAMU-PALA	Kaurapuuro M Hedelmäsose Ruisleipä				Ruishiutalepuuro M Saunapalvileikkele Jääsalaatti Ruisleipä
LOUNAS	Jauhelihakastike G, M Spagetti Porkkanaraaste-persikka (syksy) Jäävuori-kurkku-persikka (kevät) Ketsuppi Pehmeä leipä	JOULUAATTO	JOULUPÄIVÄ	TAPANINPÄIVÄ	Unimakkara M, G Perunasose G, L Kaali-rapea-melonisalaatti Sinappi ja Ketsuppi Kurkkusalaatti Pehmeä leipä
VÄLI-PALA	Perunarieskanen Paprikasuikaleet Edamjuusto				Jogurtti L, G Ruisleipä Kurkkupalkki

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

VK: 1 / v. 2025

	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
AAMU-PALA	Kaurapuuro M Hedelmäsose Ruisleipä	Kaurapuuro M Vesimeloniviipale Ruisleipä		Vehnähiutalepuuro L Marjasose Kauraleipä	Ruishiutalepuuro M Saunapalvileikkele Jääsalaatti Ruisleipä
LOUNAS	Broilerikastike G, L Riisi Jäävuori-kaali-persikkasalaatti Mustaherukkahillo Pehmeä leipä	Nakit Perunasose Jäävuori-tomaatti-kurkkusalaatti Ketsuppi Sinappi Ruisleipä	UUDENVUODEN PÄIVÄ	Lohikeitto G, L Kevyt Balkan makkara leike M, G Salaatinlehti Ruisleipä	Kinkkukiusaus G, L Vihreäsalaatti-kurkkukuutio- mandariinisalaatti Pehmeä leipä
VÄLI-PALA	Ruusunmarjakiisseli G, M Kauraleipä Edamjuusto Päärynä	Makuviihis G, L Tomaattiviipale Kauraleipä		Murot maidolla Kauraleipä Kurkkuviipaleet	Raparperikiisseli G, M Sämpylä 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

VK: 2 / v. 2025

VKO	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
AAMU-PALA		Kaurapuuro M Hedelmäsose Ruisleipä	Neljänviljanpuuro M Kananmuna Kurkkupalkki Perunalimppu	Vehnähiutalepuuro L Marjasose Kauraleipä	Ruishiutalepuuro M Saunapalvileikkele Jääsalaatti Ruisleipä
LOUNAS	LOPPIAINEN	Aurinkoinen Broilerikeitto G, L Oltermannijuusto Paprikasuikaleet Kaura leipä	Kalapyörykät G, M Perunasose G, L Jäävuori-kurkku-maissisalaatti Punajuurikuutiot Pehmeä leipä	Kasvissekeitto G, L Riisipiirakka L Tuorekurkku viipaleet	Makaronilaatikko L Kaali-kurkku-ananassalaatti Ketsuppi Pehmeä leipä
VÄLI-PALA		Pikkupulla L Kalkkunaleike Mandariini Kauraleipä	Omenapäärynäkiisseli G, M Kauraleipä Kurkkuviipale	Mansikkavispipuuro M, L Kauraleipä Edamjuusto Kesäkurpitsaviipale	Banaani Ruisleipä Kurkkupalkki

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

G = GLUTEENITON, L = LAKTOOSITON, M = MAIDOTON