

Vuorohpäiväkotien ruokalista, Kevät 2023/2
20.3. - 4.6.2023

Ruokalista	2
20.03.2023 - 04.06.2023	sivu 1

Viikko 12

Maanantai 20.03.2023	Tiistai 21.03.2023	Keskiviikko 22.03.2023	Torstai 23.03.2023	Perjantai 24.03.2023	Lauantai 25.03.2023	Sunnuntai 26.03.2023
Aamiainen Jogurttia LA, G Mysliä MA TAI Omenahilloa MA, G Kurkkuviipaleita MA, G Moniviljaleipää, margariinia, r	Aamiainen Luomu kaurapuuroa, maitoon Mansikkasurvosta MA, G Porkkanaa MA, G Sekaleipää, margariinia, rasv	Aamiainen Riisihiutalepuuroa Päärynäsosetta MA, G Kurkkuviipaleita MA, G Ruisleipää, margariinia ja rasv	Aamiainen Luomu ruishiutalepuuro, maito Mustikkasurvosta Tomaattiviipaleita MA, G Perunalimppua, margariinia, r	Aamiainen Luomu kaurapuuroa, veteen Omenahilloa MA, G Paprikaa MA, G Pehtoorinlimppua, margariinia	Aamiainen Luomu ohrahiutalepuuroa, m Mansikkasurvosta MA, G Kurkkuviipaleita MA, G Keitettyä kananmunaa MA, G Ruismallasleipää, margariinia	Aamiainen Kaakaota Leikkelettä, kinkku MA, G Paprikaa MA, G Perunalimppua, margariinia, r
Lounas Italialaista jauhelihakastiketta, Fusillitäsijyväpastaa MA Kaali-kurkku-paprikamixsalaa Näkkileipää, margariinia, rasv	Lounas Savukanakiusausta LA, G Jäävuori-paprika-kurkkusalaa Näkkileipää, margariinia, rasv	Lounas TexMexvuokaa LA, G Jäävuori-tomaatti-kurkkusalaa Näkkileipää, margariinia, rasv	Lounas Kalamurekepihvejä LA Tartarkastiketta LA, G Perunaa MA, G Punajuuri-omenaraastetta MA Näkkileipää, margariinia, rasv	Lounas Juusto-broilerkeittoa LA, G Paprikaa MA, G Ruissämpylää MA Näkkileipää, margariinia, rasv Banaania	Lounas Jauhelihakeittoa MA, G Ruukkusalaa MA, G Tomaattiviipaleita MA, G Perunalimppua MA Näkkileipää, margariinia, rasv	Lounas Kalapyöryköitä LA, G Kermaviilikastiketta LA, G Perunaa MA, G Jäävuori-kurkku-hernesalaatti Näkkileipää, margariinia, rasv
Välipala Kaakaota Jääsalaattia MA, G Kurkkuviipaleita MA, G Maalaissämpylää, margariinia	Välipala Appelsiinitäysmehua MA, G Tomaattiviipaleita MA, G Pehtoorinlimppua, margariinia	Välipala Aurinkokiisseliä MA, G Ruisleikkoleipää, margariinia	Välipala Mansikkarahkaa LA Luomu kauraleipää, margariinia	Välipala Vesimelonia MA, G Leikkelettä, kalkkuna MA, G Perunalimppua, margariinia, r	Välipala Pannukakkua Kuningatarhillocketta Näkkileipää, margariinia, rasv	Välipala Vadelmakiisseliä MA, G Leikkelettä, kalkkuna MA, G Ruisleipää, margariinia ja rasv
Päivällinen Palvikiusausta LA, G Punajuurikuutioita MA, G Näkkileipää, margariinia, rasv	Päivällinen Kasvissosekeittoa LA, G, * Raejuustoa LA, G Kurkkuviipaleita MA, G Maalaissämpylää, margariinia	Päivällinen Chili sin carnea MA, G, * Fusillitäsijyväpastaa MA Jäävuori-tomaatti-kurkkusalaa Näkkileipää, margariinia, rasv	Päivällinen Kinkkukastiketta LA Perunaa MA, G Jäävuori-kurkku-vihreä paprik Näkkileipää, margariinia, rasv	Päivällinen Lohiperunavuokaa LA, G Punajuuriviipaleita MA, G Näkkileipää, margariinia, rasv	Päivällinen Cappelipaistosta LA Jäävuori-meloni-kurkkusalaa Näkkileipää, margariinia, rasv	Päivällinen Juusto-broilerkeittoa LA, G Paprikaa MA, G Omenaa Ruismallasleipää, margariinia
Iltapala Riisipiirakka LA Munavoita MA, G Rasvatonta luomumaitoa	Iltapala Hedelmä Leikkelettä, kinkku MA, G Perunalimppua, margariinia, r	Iltapala Pitsaa Tomaattiviipaleita MA, G Näkkileipää, margariinia, rasv	Iltapala Jogurttia VL, G Kurkkuviipaleita MA, G Ruisleipää, margariinia ja rasv	Iltapala Juustoa, Edam LA, G Tuorepala MA, G Maalaissämpylää, margariinia	Iltapala Hedelmärahkaa LA, G Tomaattiviipaleita MA, G Pehtoorinlimppua, margariinia	Iltapala Juustoa, Edam LA, G Kurkkuviipaleita MA, G Sämpylää, margariinia ja rasv

Vuorohpäiväkotien ruokalista, Kevät 2023/2
20.3. - 4.6.2023

Ruokalista	2
20.03.2023 - 04.06.2023	sivu 2

Viikko 13

Maanantai 27.03.2023	Tiistai 28.03.2023	Keskiviikko 29.03.2023	Torstai 30.03.2023	Perjantai 31.03.2023	Lauantai 01.04.2023	Sunnuntai 02.04.2023
Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen
Luomu ruishiutalepuuro, maito	Luomu vehnähiutalepuuroa, n	Luomu kaurapuuroa, veteen	Luomu ohrahiutalevelliä	Luomu neljänviljanpuuroa, m	Jogurttia VL, G	Kaakaota
Mustikkasurvosta	Päärynäsosetta MA, G	Omenasosetta MA, G	Tuorepala MA, G	Vadelmakeittoa MA, G	Mysliä MA	Omenaa
Omenaa	Kurkkuviipaleita MA, G	Tomaattiviipaleita MA, G	Keitettyä kananmunaa MA, G	Sekaleipää, margariinia, rasv	Tomaattiviipaleita MA, G	Juustoa, Kerma LA, G, *
Perunalimppua, margariinia, r	Ruisleipää, margariinia ja rasv	Piimälimppua, margariinia, rasv	Ruismallasleipää, margariinia		Kurkkuviipaleita MA, G	Kaurasämpylää, margariinia, r
					Perunalimppua, margariinia, r	
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Kanakebabvuokaa LA, G	Kalakeittoa LA, G	Mausteista jauhelihakastiketta	Hernekeittoa MA, G	Lihapyöryköitä MA	Appelsiinibroileria LA, G	Kalamurekepihvejä LA
Porkkana-kurkku-maissiraitas	Maustekurkkuviipaleita MA, G	Spagettia MA	Luomu ruisleipää MA	Pippurikastiketta LA, G	Perunaa MA, G	Perunasosetta G
Näkkileipää, margariinia, rasv	Pehtoorin perunalimppua MA	Jäävuori-kurkku-hernesalaatti	Juustoa, Edam LA, G	Perunaa MA, G	Jäävuori-tomaatti-kurkkusalaatti	Punajuursalaattia LA, G
	Näkkileipää, margariinia, rasv	Näkkileipää, margariinia, rasv	Paprikaa MA, G	Porkkanaraastetta MA, G	Näkkileipää, margariinia, rasv	Näkkileipää, margariinia, rasv
	Mandariinia		Näkkileipää, margariinia, rasv	Puolukkasurvosta MA, G		
			Jäätelöpuikko LA	Näkkileipää, margariinia, rasv		
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
Juustoa, Edam LA, G	Mansikkakiisseliä MA, G	Jogurttia, LA	Neljänviljanmuroja MA	Leikkelettä, kalkkuna MA, G	Kuningatarkiisseliä MA, G	Jäätelöä LA, G
Kurkkuviipaleita MA, G	Tuorepala MA, G	Tomaattiviipaleita MA, G	Mehukeittoa MA, G	Paprikaa MA, G	Sämpylää, margariinia ja rasv	Banaanina
Ruismallasleipää, margariinia	Perunalimppua, margariinia, r	Sekaleipää, margariinia, rasv	Luomu kauraleipää, margariinia	Ruissämpylää, margariinia ja rasv		Ruismallasleipää, margariinia
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Makkarakastiketta MA	Kalkkuna-kasviskastiketta LA, Kasvispihvejä MA, G, *	Lasagnetta LA	Juuessosekeittoa LA, G, *	Kahden kalan kalakeittoa MA, Palapaistia, MA	Perunarieskaa LA	Perunaa MA, G
Perunaa MA, G	Perunaa MA, G	Perunasosetta LA, G	Kiinankaali-vesimeloni-kurkku	Maalaissämpylää MA	Näkkileipää, margariinia, rasv	Kiinankaali-tomaatti-kurpitsas
Porkkanaraastetta MA, G	Kiinankaali-tomaatti-raejuusto	Jäävuori-tomaatti-kurkkusalaatti	Näkkileipää, margariinia, rasv	Tuorejuustoa LA, G	Omenaa	Näkkileipää, margariinia, rasv
Näkkileipää, margariinia, rasv	Näkkileipää, margariinia, rasv	Näkkileipää, margariinia, rasv		Kurkkuviipaleita MA, G		
				Näkkileipää, margariinia, rasv		
Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala
Banaanina	Vesimelonia MA, G	Uuniriisipuuroa G	Jogurttia VL, G	Riisipiirakka LA	Mansikkakiisseliä MA, G	Juustoa, Edam LA, G
Leikkelettä, kinkku MA, G	Kurkkuviipaleita MA, G	Mehukeittoa MA, G	Juustoa, Edam LA, G	Munavoita MA, G	Ruisleipää, margariinia ja rasv	Kurkkuviipaleita MA, G
Sämpylää, margariinia ja rasv	Perunalimppua, margariinia, r	Kurkkuviipaleita MA, G	Luomu kauraleipää, margariinia	Tuorepala MA, G		Perunalimppua, margariinia, r
		Sekaleipää, margariinia, rasv		Rasvatonta luomumaitoa		

Vuorohpäiväkotien ruokalista, Kevät 2023/2
20.3. - 4.6.2023

Ruokalista	2
20.03.2023 - 04.06.2023	sivu 3

Viikko 14

Maanantai 03.04.2023	Tiistai 04.04.2023	Keskiviikko 05.04.2023	Torstai 06.04.2023	Perjantai 07.04.2023	Lauantai 08.04.2023	Sunnuntai 09.04.2023
			Ajankohtaista Kiirastorstai	Ajankohtaista Pitkäperjantai	Ajankohtaista	Ajankohtaista
Aamiainen Luomu ruishiutalepuuro, maito Mustikkasurvosta Kurkkuviipaleita MA, G Sekaleipää, margariinia, rasva	Aamiainen Luomu vehnähiutalepuuroa, n Mansikkasurvosta MA, G Omenaa Ruisleipää, margariinia ja rasva	Aamiainen Kaakaota Leikkelettä, kinkku MA, G Ruukkusalaattia MA, G Tomaattiviipaleita MA, G Sämpylää, margariinia ja rasva	Aamiainen Luomu neljänviljanpuuroa, ve Omenasosetta MA, G Paprikaa MA, G Täysjyväleipää, margariinia ja rasva	Aamiainen Luomu kaurapuuroa, maitoon Mansikkasurvosta MA, G Tomaattiviipaleita MA, G Ruisleipää, margariinia ja rasva Talon tapaan	Aamiainen Luomu ruishiutalepuuro, maito Mustikkasurvosta Juustoa, Edam LA, G Kurkkuviipaleita MA, G Perunalimppua, margariinia, r	Aamiainen Kaakaota Omenaa Tuorejuustoa LA, G Sämpylää, margariinia ja rasva
Lounas Kalkkunakastiketta LA, G Perunaa MA, G Jäävuori-meloni-kurkkusalaatti Näkkileipää, margariinia, rasva	Lounas Jauheliha-perunaviipalevuoka Porkkanaraastetta MA, G Kurpitsasalaattia MA, G Näkkileipää, margariinia, rasva Omenaa	Lounas Makkarakastiketta MA Perunaa MA, G Kukkakaali-kurkku-ananassalaatti Näkkileipää, margariinia, rasva	Lounas Broilerin fileetä LA, G Juusto-yrttikastiketta LA, G Kauralisäketta, MA, G Pääsiäisen tuoresalaattia MA, Mangorahkaa, LA, G	Lounas Talon tapaan	Lounas Talon tapaan	Lounas Talon tapaan
Välipala Jogurttia VL, G Mysliä MA Tomaattiviipaleita MA, G Ruisleipää, margariinia ja rasva	Välipala Marjakeittoa MA, G Juustoa, Aamupala LA, G, * Perunalimppua, margariinia, r	Välipala Pirtelöä LA, G Sekaleipää, margariinia, rasva	Välipala Neljänviljanmuroja MA Banaania Ruisleipää, margariinia ja rasva	Välipala Talon tapaan	Välipala Talon tapaan	Välipala Talon tapaan
Päivällinen Palvikiusausta LA, G Punajuuriviipaleita MA, G Kurkkusuikaleita MA, G Näkkileipää, margariinia, rasva	Päivällinen Kalakaupan emännän kalakei Maksamakkaraa LA, G Tomaattiviipaleita MA, G Perunalimppua, margariinia, r	Päivällinen Makaronilaatikkoa LA Jäävuori-paprika-kurkkusalaatti Näkkileipää, margariinia, rasva	Päivällinen Broilerin fileetä LA, G Juusto-yrttikastiketta LA, G Kauralisäketta, MA, G Pääsiäisen tuoresalaattia MA, Jäätelöpuikko LA Mangorahkaa, LA, G	Päivällinen Talon tapaan	Päivällinen Talon tapaan	Päivällinen Talon tapaan
Iltapala Hampurilainen LA	Iltapala Viiliä LA, G	Iltapala Banaania	Iltapala Marjakeittoa	Iltapala Vesimelonia MA, G	Iltapala Kinkku-ananaspsisaa	Iltapala Juustoa, Kerma LA, G, *

Vuorohpäiväkotien ruokalista, Kevät 2023/2
20.3. - 4.6.2023

Ruokalista	2
20.03.2023 - 04.06.2023	sivu 4

Kurkkuviipaleita MA, G
Rasvatonta maitoa

Mansikkasurvosta MA, G

Leikkelettä, kalkkuna MA, G

Leikkelettä, kinkkumakkara M

Leikkelettä, kinkku MA, G

Tomaattiviipaleita MA, G

Kurkkuviipaleita MA, G

Perunalimppua, margariinia, r

Sekaleipää, margariinia, rasv

Luomu kauraleipää, margariin

Sämpylää, margariinia ja rasv

Kurkkuviipaleita MA, G

Ruismallasleipää, margariinia

Rasvatonta maitoa

Vuorohpäiväkotien ruokalista, Kevät 2023/2
20.3. - 4.6.2023

Ruokalista	2
20.03.2023 - 04.06.2023	sivu 5

Viikko 15

Maanantai 10.04.2023 Tiistai 11.04.2023 Keskiviikko 12.04.2023 Torstai 13.04.2023 Perjantai 14.04.2023 Lauantai 15.04.2023 Sunnuntai 16.04.2023

Ajankohtaista

2. Pääsiäispäivä

Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen
Luomu kaurapuuroa, maitoon Omenasosetta MA, G Porkkanaa MA, G Ruisleipää, margariinia ja rasv	Luomu neljänviljanpuuroa, m _ä Mustikkasurvosta Kurkkuviipaleita MA, G Ruisleipää, margariinia ja rasv	Luomu ohrahiutalevelliä Tuorepala MA, G Keitettöä kananmunaa MA, G Omenaa Pehtoorinlimppua, margariinia	Neljänviljanmuroja MA Mehukeittoa MA, G Omenaa Luomu kauraleipää, margariin	Kaakaota Leikkelettä, kinkkumakkara M. Tomaattiviipaleita MA, G Perunalimppua, margariinia, r	Kaakaota Luomu kaurapuuroa, maitoon Mustikkasurvosta Tomaattiviipaleita MA, G Ruisleipää, margariinia ja rasv	Kaakaota Banaania Ruukkusalaattia MA, G Perunalimppua, margariinia, r
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Talon tapaan	Kasvisosekeittoa LA, G, * Raejuustoa LA, G Riisipiirakka LA Näkkileipää, margariinia, rasv Banaania	Makaronilaatikka LA Porkkanaraastetta MA, G Näkkileipää, margariinia, rasv	Broileriviilokkia MA Ohrahelmiä MA Jäävuori-punakaali-persikkas: Mustaherukkahilloa MA, G Luomu kauraleipää MA Näkkileipää, margariinia, rasv	Kalamurekevuokaa LA Kermaviilikastiketta LA, G Perunaa MA, G Kaali-punajuurisalaattia MA, C Näkkileipää, margariinia, rasv	Nakkikeittoa MA, G Paprikaa MA, G Sämpylää Näkkileipää, margariinia, rasv	Kasviscurrya MA, G, * Perunaa MA, G Tomaattikuutioita MA, G Raejuustoa LA, G Näkkileipää, margariinia, rasv
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
Talon tapaan	Banaania Tomaattiviipaleita MA, G Perunarieskaa, margariinia, lu	Mangorahkaa, LA, G Sekaleipää, margariinia, rasv	Ananastäysmehua MA, G Leikkelettä, kalkkuna MA, G Ruissämpylää, margariinia ja	Marjakeittoa MA, G Kurkkuviipaleita MA, G Ruismallasleipää, margariinia	Pirtelöä LA, G Täysjyväleipää, margariinia ja	Aurinkokiisseliä MA, G Ruissämpylää, margariinia ja
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Talon tapaan	Lihapyöryköitä MA Kermaperunoita LA, G Kaali-porkkana-kurpitsasalaat Näkkileipää, margariinia, rasv	Broileri-kasviskeittoa MA, G Kurkkuviipaleita MA, G Isopehtoorinlimppua, margariin	Kirjolahikiusausta Punajuurikuutioita MA, G Näkkileipää, margariinia, rasv	Lihakeittoa Juustoa, Edam LA, G Tuorepala MA, G Ruisleipää, margariinia ja rasv	Jauheliha-perunalaatikka LA Jäävuori-kurkku-maissisalaatt Näkkileipää, margariinia, rasv	Cappelipaistosta LA Kurkku-hernetuoresalaattia M Näkkileipää, margariinia, rasv
Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala
Jogurttia VL, G Tomaattiviipaleita MA, G Sekaleipää, margariinia, rasv	Kurkkuviipaleita MA, G Ruisrouheleipää, margariinia, Hedelmä	Marjakeittoa Juustoa, Edam LA, G Ruissämpylää, margariinia ja	Juustoa, Edam LA, G Kurkkuviipaleita MA, G Luomu ruisleipää, margariinia Hedelmä	Kinkku-ananaspsaa Tomaattiviipaleita MA, G Kurkkuviipaleita MA, G Rasvatonta maitoa	Ohukaisia LA Mansikkasurvosta MA, G Näkkileipää, margariinia, rasv	Leikkelettä, kinkku MA, G Kurkkuviipaleita MA, G Maalaissämpylää, margariinia

Vuorohpäiväkotien ruokalista, Kevät 2023/2
20.3. - 4.6.2023

Ruokalista	2
20.03.2023 - 04.06.2023	sivu 6

Vuorohpäiväkotien ruokalista, Kevät 2023/2
20.3. - 4.6.2023

Ruokalista	2
20.03.2023 - 04.06.2023	sivu 7

Viikko 16

Maanantai 17.04.2023	Tiistai 18.04.2023	Keskiviikko 19.04.2023	Torstai 20.04.2023	Perjantai 21.04.2023	Lauantai 22.04.2023	Sunnuntai 23.04.2023
Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen
Luomu kaurapuuroa, veteen Päärynäsosetta MA, G Kurkkuviipaleita MA, G Ruisleipää, margariinia ja rasv	Luomu ruishiutalepuuro, maito Mansikkasurvosta MA, G Päärynää Sekaleipää, margariinia, rasv	Luomu vehnähiutalepuuroa, n Omenasosetta MA, G Kurkkuviipaleita MA, G Ruisleipää, margariinia ja rasv	Kaakaota Leikkelettä, kalkkuna MA, G Ruukkusalaattia MA, G Paprikaa MA, G Maalaissämpylää, margariinia	Luomu ohrahiutalepuuroa, m Mustikkasurvosta Porkkanaa MA, G Ruisleipää, margariinia ja rasv	Luomu kaurapuuroa, maitoon Mansikkasurvosta MA, G Juustoa, Edam LA, G Kurkkuviipaleita MA, G Ruisleipää, margariinia ja rasv	Kaakaota Leikkelettä, kinkkumakkara M Tomaattiviipaleita MA, G Perunalimppua, margariinia, r
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Jauhelihakastiketta MA Perunaa MA, G Kesäporkkanoita MA, G Kaali-kurkku-paprikamixsalaat Näkkileipää, margariinia, rasv	Lohikeittoa LA, G Kurkkuviipaleita MA, G Ruisräppi leipää MA Näkkileipää, margariinia, rasv Omenaa	Lasagnettea LA Jäävuori-kurkku-hernesalaatti Näkkileipää, margariinia, rasv	Unimakkaraa MA, G Perunasosetta LA, G Porkkanaraastetta MA, G Kurkkusalaattia MA, G Näkkileipää, margariinia, rasv	Chili con polloa, MA, G Perunaa MA, G Jäävuori-tomaatti-kurkkusalaat Näkkileipää, margariinia, rasv	Nakkikastiketta MA Perunaa MA, G Kaali-porkkana-ananassalaatti Näkkileipää, margariinia, rasv	Jauhelihapihvejä MA, G Perunasosetta LA, G Puolukkasurvosta MA, G Jäävuori-tomaatti-kurkkusalaat Näkkileipää, margariinia, rasv
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
Omenaa Juustoa, Edam LA, G Maalaissämpylää, margariinia	Mustikkavispipuuro TAI Mannapuuro Sekaleipää, margariinia, rasv	Makuvilliä LA, G Kurkkuviipaleita MA, G Perunalimppua, margariinia, r	Riisipiirakka LA Munavoita MA, G Ananastäysmehua MA, G	Pirtelöä, hedelmäinen LA, G Tomaattiviipaleita MA, G Ruisleipää, margariinia ja rasv	Jäätelöä ja marjasurvosta Ruissämpylää, margariinia ja rasv	Kauramuru-omenapaistosta M Vaniljakastiketta LA, G Näkkileipää, margariinia, rasv
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Kasvisseikeittoa LA, G, * Grahamlihapiirakkaa LA Banaania Näkkileipää, margariinia, rasv	Jauheliha-perunalaatikka LA Tomaattikuutioita MA, G Näkkileipää, margariinia, rasv	Juusto-broilerkeittoa LA, G Omenaa Ruisleipää, margariinia ja rasv	Kasvispihvejä MA, G, * Perunasosetta LA, G Jäävuori-tomaatti-kurkkusalaat Näkkileipää, margariinia, rasv	Lohikeittoa LA, G Kurkkuviipaleita MA, G Näkkileipää, margariinia, rasv	Tonnikala-pennevuokaa, LA Jäävuori-kurkku-ananassalaat Näkkileipää, margariinia, rasv	Chili con polloa, MA, G Perunaa MA, G Jäävuori-kurkku-persikkasalaat Näkkileipää, margariinia, rasv
Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala
Jogurttia, pikari Tuorepala MA, G Ruisleipää, margariinia ja rasv	Leikkelettä, kalkkuna MA, G Kurkkuviipaleita MA, G Ruissämpylää, margariinia ja rasv	Neljänviljanmuroja MA Kurkkuviipaleita MA, G Pehtoorinlimppua, margariinia	Mannapuuroa Marjakeittoa Luomu ruisleipää, margariinia	Leikkelettä, kinkku MA, G Kurkkuviipaleita MA, G Sekaleipää, margariinia, rasv	Pitsaa Tomaattiviipaleita MA, G Kurkkuviipaleita MA, G Rasvatonta luomumaitoa	Viiliä LA, G Kurkkuviipaleita MA, G Luomu ruisleipää, margariinia

Vuorohpäiväkotien ruokalista, Kevät 2023/2
20.3. - 4.6.2023

Ruokalista	2
20.03.2023 - 04.06.2023	sivu 8

Viikko 17

Maanantai 24.04.2023	Tiistai 25.04.2023	Keskiviikko 26.04.2023	Torstai 27.04.2023	Perjantai 28.04.2023	Lauantai 29.04.2023	Sunnuntai 30.04.2023
Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen
Jogurttia LA, G	Luomu kaurapuuroa, maitoon	Riisihiutalepuuroa	Luomu ruishiutalepuuro, maito	Luomu kaurapuuroa, veteen	Luomu ohrahiutalepuuroa, maito	Kaakaota
Mysliä MA	Mansikkasurvosta MA, G	Päärynäsosetta MA, G	Mustikkasurvosta	Omenahilloa MA, G	Mansikkasurvosta MA, G	Leikkelettä, kinkku MA, G
Kurkkuviipaleita MA, G	Porkkanaa MA, G	Kurkkuviipaleita MA, G	Tomaattiviipaleita MA, G	Paprikaa MA, G	Kurkkuviipaleita MA, G	Paprikaa MA, G
Moniviljaleipää, margariinia, rasv	Sekaleipää, margariinia, rasv	Ruisleipää, margariinia ja rasv	Perunalimppua, margariinia, rasv	Ruisleipää, margariinia ja rasv	Keitettyä kananmunaa MA, G	Perunalimppua, margariinia, rasv
					Ruisleipää, margariinia	
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Kanakebabvuokaa LA, G	Särkisen kalapöyryköitä LA, G	Broileri-kasviskeittoa MA, G	Savukanakiusausta LA, G	Kasvispihvejä MA, G, *	Jauheliuhakeittoa MA, G	Kalapihvejä L, G
Jäävuori-tomaatti-kurkkusalaattia MA, G	Sitruuna-tillikastiketta LA, G	Paprikaa MA, G	Jäävuori-kurkku-hernesalaatti	Kermaviiliikastiketta LA, G	Ruukkusalaattia MA, G	Kermaviiliikastiketta LA, G
Näkkileipää, margariinia, rasv	Perunaa MA, G	Ruissämpylää MA	Näkkileipää, margariinia, rasv	Perunaa MA, G	Tomaattiviipaleita MA, G	Perunaa MA, G
	Punajuuri-omenaraastetta MA	Näkkileipää, margariinia, rasv		Kurkkusuikaleita MA, G	Perunalimppua MA	Jäävuori-tomaatti-kurkkusalaattia MA, G
	Näkkileipää, margariinia, rasv	Mandariinia		Näkkileipää, margariinia, rasv	Näkkileipää, margariinia, rasv	Näkkileipää, margariinia, rasv
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
Kaakaota	Appelsiinitäysmehua MA, G	Aurinkokiisseliä MA, G	Mansikkarahkaa LA	Vesimelonia MA, G	Pannukakkua	Leikkelettä, kalkkuna MA, G
Jääsalaattia MA, G	Tomaattiviipaleita MA, G	Ruiskiekkoleipää, margariinia, rasv	Luomu kauraleipää, margariinia, rasv	Leikkelettä, kalkkuna MA, G	Kuningatarhilloketta MA, G	Ruisleipää, margariinia ja rasv
Kurkkuviipaleita MA, G	Pehtoorinlimppua, margariinia			Perunalimppua, margariinia, rasv	Näkkileipää, margariinia, rasv	Mansikkakiisseliä MA, G
Maalaissämpylää, margariinia						Munkki MA, KA
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Kasvissekeittoa LA, G, *	Makaronilaatikkoa LA	Kasvisbolognesea MA, G	Kinkkukastiketta LA	Lohiperunavuokaa LA, G	Cappelipaistosta LA	Makkarakeittoa MA, G
Raejuustoa LA, G	Porkkanaraastetta MA, G	Fusillitäsylväpastaa MA	Perunaa MA, G	Punajuuriviipaleita MA, G	Jäävuori-meloni-kurkkusalaattia MA, G	Juustoa, Edam LA, G
Kurkkuviipaleita MA, G	Näkkileipää, margariinia, rasv	Jäävuori-tomaatti-kurkkusalaattia MA, G	Jäävuori-kurkku-vihreä paprikk	Näkkileipää, margariinia, rasv	Näkkileipää, margariinia, rasv	Omena
Maalaissämpylää, margariinia		Näkkileipää, margariinia, rasv	Näkkileipää, margariinia, rasv			Ruisrouheleipää, margariinia, rasv
Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala
Riisipiirakka LA	Hedelmä	Pitsaa	Jogurttia VL, G	Juustoa, Edam LA, G	Hedelmärahkaa LA, G	Juustoa, Edam LA, G
Munavoita MA, G	Leikkelettä, kinkku MA, G	Tomaattiviipaleita MA, G	Kurkkuviipaleita MA, G	Tuorepala MA, G	Tomaattiviipaleita MA, G	Kurkkuviipaleita MA, G
Rasvatonta luomumaitoa	Perunalimppua, margariinia, rasv	Näkkileipää, margariinia, rasv	Luomu ruisleipää, margariinia, rasv	Maalaissämpylää, margariinia, rasv	Pehtoorinlimppua, margariinia, rasv	Sämpylää, margariinia ja rasv

Vuorohpäiväkotien ruokalista, Kevät 2023/2
20.3. - 4.6.2023

Ruokalista	2
20.03.2023 - 04.06.2023	sivu 9

Viikko 18

Maanantai 01.05.2023 Tiistai 02.05.2023 Keskiviikko 03.05.2023 Torstai 04.05.2023 Perjantai 05.05.2023 Lauantai 06.05.2023 Sunnuntai 07.05.2023

Ajankohtaista

Vappu

Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen
Luomu ruishiutalepuuro, maito	Luomu vehnähiutalepuuroa, n	Luomu kaurapuuroa, veteen	Luomu ohrahiutalevelliä	Luomu neljänviljanpuuroa, ma	Jogurttia VL, G	Kaakaota
Mustikkasurvosta MA, G	Päärynäsosetta MA, G	Omenasosetta MA, G	Tuorepala MA, G	Vadelmakeittoa MA, G	Mysliä MA	Omenaa
Omenaa	Kurkkuviipaleita MA, G	Tomaattiviipaleita MA, G	Keitettyny kananmunaa MA, G	Sekaleipää, margariinia, rasv	Tomaattiviipaleita MA, G	Juustoa, Kerma LA, G, *
Perunalimppua, margariinia, r	Ruisleipää, margariinia ja rasv	Piimälimppua, margariinia, rasv	Ruismallasleipää, margariinia		Kurkkuviipaleita MA, G	Kaurasämpylää, margariinia, r
					Perunalimppua, margariinia, r	
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Nakkeja MA, G	Kalakeittoa LA, G	Mausteista jauhelihakastiketta	Hernekeittoa MA, G	Lihapyöryköitä MA	Broileriviilokkia MA	Kalamurekevuokaa LA
Perunasosetta G	Maustekurkkuviipaleita MA, G	Spagettia MA	Luomu ruisleipää MA	Pippurikastiketta LA, G	Perunaa MA, G	Perunasosetta G
Kaali-kurkku-paprikamixsalaa	Pehtoorin perunalimppua MA	Jäävuori-kurkku-hernesalaatti	Juustoa, Edam LA, G	Perunaa MA, G	Jäävuori-tomaatti-kurkkusalaa	Punajuurisalaattia MA, G
Näkkileipää, margariinia, rasv	Näkkileipää, margariinia, rasv	Näkkileipää, margariinia, rasv	Paprikaa MA, G	Porkkanaraastetta MA, G	Näkkileipää, margariinia, rasv	Näkkileipää, margariinia, rasv
	Banaania		Näkkileipää, margariinia, rasv	Puolukkasurvosta MA, G		
			Jäätelöpuikko LA	Näkkileipää, margariinia, rasv		
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
Juustoa, Edam LA, G	Mansikkakiisseliä MA, G	Jogurttia, LA	Neljänviljanmuroja MA	Leikkelettä, kalkkuna MA, G	Kuningatarkiisseliä MA, G	Jäätelöä LA, G
Kurkkuviipaleita MA, G	Tuorepala MA, G	Tomaattiviipaleita MA, G	Mehukeittoa MA, G	Paprikaa MA, G	Sämpylää, margariinia ja rasv	Banaania
Ruismallasleipää, margariinia	Perunalimppua, margariinia, r	Sekaleipää, margariinia, rasv	Luomu kauraleipää, margariin	Ruissämpylää, margariinia ja		Ruismallasleipää, margariinia
Munkki MA, KA						
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Nakkeja MA, G	Kalkkuna-kasviskastiketta LA, Kasvispihvejä MA, G, *	Lasagnetta LA	Tomaattikeittoa MA, G, *	Kalakeittoa LA, G	Ruisleipää, margariinia ja rasv	Palapaistia, MA
Perunasosetta G	Perunaa MA, G	Perunasosetta LA, G	Kiinankaali-vesimeloni-kurkku	Maalaissämpylää MA	Leikkelemakkaraa MA, G	Perunaa MA, G
Kaali-kurkku-paprikamixsalaa	Kiinankaali-tomaatti-raejuusto	Jäävuori-tomaatti-kurkkusalaa	Näkkileipää, margariinia, rasv	Tuorejuustoa LA, G	Hedelmä	Kiinankaali-tomaatti-kurkkusal
Näkkileipää, margariinia, rasv	Näkkileipää, margariinia, rasv	Näkkileipää, margariinia, rasv		Kurkkuviipaleita MA, G		Näkkileipää, margariinia, rasv
				Näkkileipää, margariinia, rasv		
Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala
Banaania	Vesimelonia MA, G	Uuniriisipuuroa G	Jogurttia VL, G	Riisipiirakka LA	Mansikkakiisseliä MA, G	Juustoa, Edam LA, G

Vuorohpäiväkotien ruokalista, Kevät 2023/2
20.3. - 4.6.2023

Ruokalista	2
20.03.2023 - 04.06.2023	sivu 10

Leikkelettä, kinkku MA, G Kurkkuviipaleita MA, G Mehukeittoa MA, G Juustoa, Edam LA, G Munavoita MA, G
Sämpylää, margariinia ja rasv Perunalimppua, margariinia, r Kurkkuviipaleita MA, G Luomu ruisleipää, margariinia Tuorepala MA, G
Sekaleipää, margariinia, rasv Rasvatonta luomumaitoa

Ruisleipää, margariinia ja rasv Kurkkuviipaleita MA, G
Perunalimppua, margariinia, r

Vuorohpäiväkotien ruokalista, Kevät 2023/2
20.3. - 4.6.2023

Ruokalista	2
20.03.2023 - 04.06.2023	sivu 11

Viikko 19

Maanantai 08.05.2023	Tiistai 09.05.2023	Keskiviikko 10.05.2023	Torstai 11.05.2023	Perjantai 12.05.2023	Lauantai 13.05.2023	Sunnuntai 14.05.2023
Aamiainen Luomu ruishiutalepuuro, maito Mustikkasurvosta MA, G Kurkkuviipaleita MA, G Sekaleipää, margariinia, rasva	Aamiainen Luomu vehnähiutalepuuroa, n Mansikkasurvosta MA, G Omenaa Ruisleipää, margariinia ja rasva	Aamiainen Kaakaota Leikkelettä, kinkku MA, G Ruukkusalaattia MA, G Tomaattiviipaleita MA, G Sämpylää, margariinia ja rasva	Aamiainen Luomu neljänviljanpuuroa, ve Omenasosetta MA, G Paprikaa MA, G Täysjyväleipää, margariinia ja rasva	Aamiainen Luomu kaurapuuroa, maitoon Mansikkasurvosta MA, G Tomaattiviipaleita MA, G Ruisleipää, margariinia ja rasva	Aamiainen Luomu ruishiutalepuuro, maito Mustikkasurvosta Juustoa, Edam LA, G Kurkkuviipaleita MA, G Perunalimppua, margariinia, r	Aamiainen Kaakaota Omenaa Tuorejuustoa LA, G Sämpylää, margariinia ja rasva
Lounas Kalkkunakastiketta LA, G Perunaa MA, G Jäävuori-meloni-kurkkusalaatti Näkkileipää, margariinia, rasva	Lounas Jauheliha-perunaviipalevuoka Porkkanaraastetta MA, G Kurpitsasalaattia MA, G Näkkileipää, margariinia, rasva Omenaa	Lounas Makkarakastiketta MA Perunaa MA, G Kukkakaali-kurkku-ananassalaatti Näkkileipää, margariinia, rasva	Lounas Jauhelihakaalikeittoa MA, G Kurkkuviipaleita MA, G Ruiskiekkoleipää MA Näkkileipää, margariinia, rasva Pikkupullaa LA Sekamehua MA, G	Lounas Lohiperunavuokaa LA, G Punajuuri-porkkanasalaattia M Näkkileipää, margariinia, rasva	Lounas Härkäwokkia MA, G Perunaa MA, G Jäävuori-tomaatti-kurkkusalaatti Näkkileipää, margariinia, rasva	Lounas Kalakepukoita MA, G Perunaa MA, G Kermaviilikastiketta LA, G Kiinankaali-tomaatti-kurkkusalaatti Näkkileipää, margariinia, rasva
Välipala Jogurttia VL, G Mysliä MA Tomaattiviipaleita MA, G Ruisleipää, margariinia ja rasva	Välipala Marjakeittoa MA, G Juustoa, Aamupala LA, G, * Perunalimppua, margariinia, r	Välipala Pirtelöä LA, G Sekaleipää, margariinia, rasva	Välipala Neljänviljanmuroja MA Banaania Luomu ruisleipää, margariinia	Välipala Grahamliihapiirakkaa LA Tuorepala MA, G Rasvatonta maitoa	Välipala Hedelmäsalaattia MA, G Leikkelettä, kinkkumakkara M Sämpylää, margariinia ja rasva	Välipala Mansikka-raparperiikisseliä M Ruismallasleipää, margariinia
Päivällinen Palvikiusausta LA, G Punajuuriviipaleita MA, G Kurkkusuikaleita MA, G Näkkileipää, margariinia, rasva	Päivällinen Kalakaupan emännän kalakeitto Maksamakkaraa LA, G Tomaattiviipaleita MA, G Perunalimppua, margariinia, r	Päivällinen Makaronilaatikka LA Jäävuori-paprika-kurkkusalaatti Näkkileipää, margariinia, rasva	Päivällinen Broileripyöryköitä Currykastiketta LA, G Perunaa MA, G Jäävuori-meloni-kurkkusalaatti Näkkileipää, margariinia, rasva	Päivällinen Jauhelihakastiketta MA Spagettia MA Kaali-kurkku-paprikamixsalaatti Näkkileipää, margariinia, rasva	Päivällinen Nakkikeittoa MA, G Juustoa, Kerma LA, G, * Kurkkuviipaleita MA, G Näkkileipää, margariinia, rasva	Päivällinen Savukanakiusausta LA, G Kaali-kurpitsasalaattia MA, G Näkkileipää, margariinia, rasva
Iltapala Hampurilainen LA Kurkkuviipaleita MA, G Rasvatonta maitoa	Iltapala Viiliä LA, G Mansikkasurvosta MA, G Perunalimppua, margariinia, r	Iltapala Banaania Leikkelettä, kalkkuna MA, G Sekaleipää, margariinia, rasva	Iltapala Marjakeittoa Leikkelettä, kinkkumakkara M Luomu ruisleipää, margariinia	Iltapala Vesimelonia MA, G Leikkelettä, kinkku MA, G Sämpylää, margariinia ja rasva	Iltapala Kinkku-ananaspitsaa Tomaattiviipaleita MA, G Kurkkuviipaleita MA, G Rasvatonta maitoa	Iltapala Juustoa, Kerma LA, G, * Kurkkuviipaleita MA, G Ruismallasleipää, margariinia

Vuorohpäiväkotien ruokalista, Kevät 2023/2
20.3. - 4.6.2023

Ruokalista	2
20.03.2023 - 04.06.2023	sivu 12

Vuorohpäiväkotien ruokalista, Kevät 2023/2
20.3. - 4.6.2023

Ruokalista	2
20.03.2023 - 04.06.2023	sivu 13

Viikko 20

Maanantai 15.05.2023 Tiistai 16.05.2023 Keskiviikko 17.05.2023 Torstai 18.05.2023 Perjantai 19.05.2023 Lauantai 20.05.2023 Sunnuntai 21.05.2023

Ajankohtaista

Helatorstai

Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen
Luomu kaurapuuroa, maitoon Omenasosetta MA, G Porkkanaa MA, G Ruisleipää, margariinia ja rasv	Luomu neljänviljanpuuroa, m Mustikkasurvosta Kurkkuviipaleita MA, G Ruisleipää, margariinia ja rasv	Luomu ohrahiutalevelliä Tuorepala MA, G Keitettyä kananmunaa MA, G Pehtoorinlimppua, margariinia	Neljänviljanmuroja MA Mehukeittoa MA, G Omenaa Luomu kauraleipää, margariin	Kaakaota Leikkelettä, kinkkumakkara M Tomaattiviipaleita MA, G Perunalimppua, margariinia, r	Kaakaota Luomu kaurapuuroa, maitoon Mustikkasurvosta Tomaattiviipaleita MA, G Ruisleipää, margariinia ja rasv	Kaakaota Banaanina Ruukkusalaattia MA, G Perunalimppua, margariinia, r
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Makkarakeittoa MA, G Paprikaa MA, G Tuorejuustoa LA, G Maalaissämpylää MA Näkkileipää, margariinia, rasv	Kasvissosekeittoa LA, G, * Raejuustoa LA, G Riisipiirakka LA Näkkileipää, margariinia, rasv Mandariinia	Makaronilaatikka LA Porkkanaraastetta MA, G Näkkileipää, margariinia, rasv	Kalamurekevuokaa LA Kermaviilikastiketta LA, G Perunaa MA, G Kaali-punajuursalaattia MA, C Näkkileipää, margariinia, rasv	Broileriviilokkia MA Ohrahelmiä MA Jäävuori-punakaali-persikkas Mustaherukkahilloa MA, G Luomu ruisleipää MA Näkkileipää, margariinia, rasv	Nakkikeittoa MA, G Paprikaa MA, G Sämpylää Näkkileipää, margariinia, rasv	Kasviscurrya MA, G, * Perunaa MA, G Tomaattikuutioita MA, G Raejuustoa LA, G Näkkileipää, margariinia, rasv
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
Kaakaota Juustoa, Kerma LA, G, * Kurkkuviipaleita MA, G Perunalimppua, margariinia, r	Banaanina Tomaattiviipaleita MA, G Perunarieskaa, margariinia, lu	Mangorahkaa, LA, G Sekaleipää, margariinia, rasv	Ananastäysmehua MA, G Leikkelettä, kalkkuna MA, G Ruissämpylää, margariinia ja	Marjakeittoa MA, G Kurkkuviipaleita MA, G Ruismallasleipää, margariinia	Pirtelöä LA, G Täysjyväleipää, margariinia ja	Aurinkokiisseliä MA, G Ruissämpylää, margariinia ja Tuorepala MA, G
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Kasvispihvejä MA, G, * Perunasosetta LA, G Jäävuori-tomaatti-kurkkusala Näkkileipää, margariinia, rasv	Lihapyöryköitä MA Kermaperunoita LA, G Tomaattikuutioita MA, G Näkkileipää, margariinia, rasv	Broileri-kasviskeittoa MA, G Kurkkuviipaleita MA, G Isopehtoorinlimppua, margariin	Lihakeittoa Tuorepala MA, G Juustoa, Edam LA, G Luomu ruisleipää, margariinia	Kirjolohikiusausta Punajuurikuutioita MA, G Näkkileipää, margariinia, rasv	Jauheliha-perunalaatikka LA Jäävuori-kurkku-maissisalaatt Näkkileipää, margariinia, rasv	Cappelipaistosta LA Jäävuori-kurkku-mandariinisa Näkkileipää, margariinia, rasv
Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala
Jogurttia VL, G Tomaattiviipaleita MA, G Sekaleipää, margariinia, rasv	Kurkkuviipaleita MA, G Ruisrouheleipää, margariinia, Hedelmä	Marjakeittoa MA, G Juustoa, Edam LA, G Ruissämpylää, margariinia ja	Juustoa, Edam LA, G Kurkkuviipaleita MA, G Luomu ruisleipää, margariinia	Kinkku-ananaspitsaa Tomaattiviipaleita MA, G Kurkkuviipaleita MA, G	Ohukaisia LA Mansikkasurvosta MA, G Näkkileipää, margariinia, rasv	Leikkelettä, kinkku MA, G Kurkkuviipaleita MA, G Maalaissämpylää, margariinia

Vuorohpäiväkotien ruokalista, Kevät 2023/2
20.3. - 4.6.2023

Ruokalista	2
20.03.2023 - 04.06.2023	sivu 14

Banaania

Rasvatonta maitoa

Vuorohpäiväkotien ruokalista, Kevät 2023/2
20.3. - 4.6.2023

Ruokalista	2
20.03.2023 - 04.06.2023	sivu 15

Viikko 21

Maanantai 22.05.2023	Tiistai 23.05.2023	Keskiviikko 24.05.2023	Torstai 25.05.2023	Perjantai 26.05.2023	Lauantai 27.05.2023	Sunnuntai 28.05.2023
Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen	Aamiainen
Luomu kaurapuuroa, veteen Päärynäsosetta MA, G Kurkkuviipaleita MA, G Ruisleipää, margariinia ja rasv	Luomu ruishiutalepuuro, maito Mansikkasurvosta MA, G Päärynää Sekaleipää, margariinia, rasv	Luomu vehnähiutalepuuroa, n Omenasosetta MA, G Kurkkuviipaleita MA, G Ruisleipää, margariinia ja rasv	Kaakaota Leikkelettä, kalkkuna MA, G Ruukkusalaattia MA, G Paprikaa MA, G Maalaissämpylää, margariinia	Luomu ohrahiutalepuuroa, m Mustikkasurvosta Porkkanaa MA, G Pehtoorinlimppua, margariinia	Luomu kaurapuuroa, maitoon Mansikkasurvosta MA, G Juustoa, Edam LA, G Kurkkuviipaleita MA, G Ruisleipää, margariinia ja rasv	Kaakaota Leikkelettä, kinkkumakkara M Tomaattiviipaleita MA, G Perunalimppua, margariinia, r
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Jauheliihakastiketta MA Perunaa MA, G Kesäporkkanoita MA, G Kaali-kurkku-paprikamixsalaat Näkkileipää, margariinia, rasv	Lohikeittoa LA, G Kurkkuviipaleita MA, G Ruisräppi leipää MA Näkkileipää, margariinia, rasv Omenaa	Lasagnettea LA Jäävuori-kurkku-hernesalaatti Näkkileipää, margariinia, rasv	Unimakkaraa MA, G Perunasosetta LA, G Porkkanaraastetta MA, G Kurkkusalaattia MA, G Näkkileipää, margariinia, rasv	Chili con polloa, MA, G Perunaa MA, G Jäävuori-tomaatti-kurkkusalaat Näkkileipää, margariinia, rasv	Tonnikala-pennevuokaa, LA Jäävuori-kurkku-ananassalaat Näkkileipää, margariinia, rasv	Kasvispyöryköitä MA, * Perunasosetta LA, G Jäävuori-paprika-kurkkusalaat Näkkileipää, margariinia, rasv
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
Omenaa Juustoa, Edam LA, G Maalaissämpylää, margariinia	Mustikkavispipuuro TAI Mannapuuro Sekaleipää, margariinia, rasv	Makuvilliä LA, G Kurkkuviipaleita MA, G Perunalimppua, margariinia, r	Riisipiirakka LA Munavoita MA, G Ananastäysmehua MA, G	Pirtelöä, hedelmäinen LA, G Tomaattiviipaleita MA, G Ruisleipää, margariinia ja rasv	Jäätelöä ja marjasurvosta Ruissämpylää, margariinia ja rasv	Kauramuru-omenapaistosta M Vaniljakastiketta LA, G Näkkileipää, margariinia, rasv
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Kasvissosekeittoa LA, G, * Grahamlihapiiirakkaa LA Banaania Näkkileipää, margariinia, rasv	Jauheliha-perunalaatikka LA Tomaattikuutioita MA, G Näkkileipää, margariinia, rasv	Juusto-broilerkeittoa LA, G Omenaa Perunalimppua, margariinia, r	Kasvispihvejä MA, G, * Perunasosetta LA, G Jäävuori-tomaatti-kurkkusalaat Näkkileipää, margariinia, rasv	Lohikeittoa LA, G Kurkkuviipaleita MA, G Näkkileipää, margariinia, rasv	Chili con polloa, MA, G Perunaa MA, G Kaali-ananas-paprikasalaattia	Kahden kalan kalakeittoa MA, Maksamakkaraa LA, G Tomaattiviipaleita MA, G Ruisleipää, margariinia ja rasv
Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala
Jogurttia, pikari Tuorepala MA, G Ruisleikkileipää, margariinia	Leikkelettä, kalkkuna MA, G Kurkkuviipaleita MA, G Ruissämpylää, margariinia ja rasv	Neljänviljanmuroja MA Kurkkuviipaleita MA, G Pehtoorinlimppua, margariinia	Mannapuuroa Marjakeittoa Luomu kauraleipää, margariin	Leikkelettä, kinkku MA, G Kurkkuviipaleita MA, G Sekaleipää, margariinia, rasv	Pitsaa Tomaattiviipaleita MA, G Kurkkuviipaleita MA, G Rasvatonta luomumaitoa	Viiliä LA, G Kurkkuviipaleita MA, G Luomu ruisleipää, margariinia

Vuorohpäiväkotien ruokalista, Kevät 2023/2
20.3. - 4.6.2023

Ruokalista	2
20.03.2023 - 04.06.2023	sivu 16

Viikko 22

Maanantai 29.05.2023	Tiistai 30.05.2023	Keskiviikko 31.05.2023	Torstai 01.06.2023	Perjantai 02.06.2023	Lauantai 03.06.2023	Sunnuntai 04.06.2023
Aamiainen Jogurttia LA, G Mysliä MA TAI Omenahilloa MA, G Kurkkuviipaleita MA, G Moniviljaleipää, margariinia, r	Aamiainen Luomu kaurapuuroa, maitoon Mansikkasurvosta MA, G Porkkanaa MA, G Sekaleipää, margariinia, rasv	Aamiainen Riisihiutalepuuroa Päärynäsosetta MA, G Kurkkuviipaleita MA, G Ruisleipää, margariinia ja rasv	Aamiainen Luomu ruishiutalepuuro, maito Mustikkasurvosta Tomaattiviipaleita MA, G Perunalimppua, margariinia, r	Aamiainen Luomu kaurapuuroa, veteen Omenahilloa MA, G Paprikaa MA, G Pehtoorinlimppua, margariinia	Aamiainen Luomu ohrahiutalepuuroa, maito Mansikkasurvosta MA, G Kurkkuviipaleita MA, G Keitettyä kananmunaa MA, G Ruismallasleipää, margariinia	Aamiainen Kaakaota Leikkelettä, kinkku MA, G Paprikaa MA, G Perunalimppua, margariinia, r
Lounas Italialaista jauhelihakastiketta, Fusillitäsijyväpastaa MA Kaali-kurkku-paprikamixsalaa Näkkileipää, margariinia, rasv	Lounas Savukanakiusausta LA, G Jäävuori-paprika-kurkkusalaa Näkkileipää, margariinia, rasv	Lounas TexMexvuokaa LA, G Jäävuori-tomaatti-kurkkusalaa Näkkileipää, margariinia, rasv	Lounas Kalamurekepihvejä LA Tartarkastiketta LA, G Perunaa MA, G Punajuuri-omenaraastetta MA Näkkileipää, margariinia, rasv	Lounas Juusto-broilerkeittoa LA, G Paprikaa MA, G Ruissämpylää MA Näkkileipää, margariinia, rasv Banaania	Lounas Jauhelihakeittoa MA, G Ruukkusalaa MA, G Tomaattiviipaleita MA, G Perunalimppua MA Näkkileipää, margariinia, rasv	Lounas Kalapyöryköitä LA, G Kermaviilikastiketta LA, G Perunaa MA, G Jäävuori-kurkku-hernesalaatti Näkkileipää, margariinia, rasv
Välipala Kaakaota Jääsalaattia MA, G Kurkkuviipaleita MA, G Maalaissämpylää, margariinia	Välipala Appelsiinitäysmehua MA, G Tomaattiviipaleita MA, G Pehtoorinlimppua, margariinia	Välipala Aurinkokiisseliä MA, G Ruiskiekkoleipää, margariinia	Välipala Mansikkarahkaa LA Luomu kauraleipää, margariinia	Välipala Vesimelonia MA, G Leikkelettä, kalkkuna MA, G Perunalimppua, margariinia, r	Välipala Pannukakkua Kuningatarhilloketta Näkkileipää, margariinia, rasv	Välipala Vadelmakiisseliä MA, G Leikkelettä, kalkkuna MA, G Ruisleipää, margariinia ja rasv
Päivällinen Palvikiusausta LA, G Punajuurikuutioita MA, G Näkkileipää, margariinia, rasv	Päivällinen Kasvissosekeittoa LA, G, * Raejuustoa LA, G Kurkkuviipaleita MA, G Maalaissämpylää, margariinia	Päivällinen Kasvisbolognesea MA, G Fusillitäsijyväpastaa MA Jäävuori-tomaatti-kurkkusalaa Näkkileipää, margariinia, rasv	Päivällinen Kinkkukastiketta LA Perunaa MA, G Jäävuori-kurkku-vihreä paprik Näkkileipää, margariinia, rasv	Päivällinen Lohiperunavuokaa LA, G Punajuuriviipaleita MA, G Näkkileipää, margariinia, rasv	Päivällinen Cappelipaistosta LA Jäävuori-meloni-kurkkusalaa Näkkileipää, margariinia, rasv	Päivällinen Juusto-broilerkeittoa LA, G Paprikaa MA, G Omenaa Ruismallasleipää, margariinia
Iltapala Riisipiirakka LA Munavoita MA, G Rasvatonta luomumaitoa	Iltapala Hedelmä Leikkelettä, kinkku MA, G Perunalimppua, margariinia, r	Iltapala Pitsaa Tomaattiviipaleita MA, G Näkkileipää, margariinia, rasv	Iltapala Jogurttia VL, G Kurkkuviipaleita MA, G Ruisleipää, margariinia ja rasv	Iltapala Juustoa, Edam LA, G Tuorepala MA, G Maalaissämpylää, margariinia	Iltapala Hedelmärahkaa LA, G Tomaattiviipaleita MA, G Pehtoorinlimppua, margariinia	Iltapala Juustoa, Edam LA, G Kurkkuviipaleita MA, G Sämpylää, margariinia ja rasv