

PÄIVÄKOTIEN RUOKALISTA 31.7-10.9.2017

Maanantai aamupala	31.7.2017 Kaurapuuro M, L, K Täysmehu	7.8.2017 Kaurapuuro M, L, K Täysmehu	14.8.2017 Kaurapuuro M, L, K Täysmehu
lounas	Makkarakastike L, G, K Chili sin carne M, L, G, K Peruna	Maksalaatikko M, L, G, K Porkkanaohukaiset M, L Peruna Juustopastasalaatti L, K Puolukkahilloke	Uunimakkara M, L, G, K Uuninakko M, L, K Perunasose L, G, K Valkokaaliraaste, sinappirelish
välipala	Keräkaalikurkkusalaatti, maustekurkku Murot L, K Omena	Maustamaton jogurtti L, G, K Hedelmäsose Kurkku	Viili L, G, K, kotimaiset marjat L, G, K Kotimaiset marjat M, L, G, K
Tiistai aamupala	1.8.2017 Vehnäpuuro M, L, K Porkkanapala	8.8.2017 Vehnäpuuro M, L, K Tomaatti	15.8.2017 Vehnäpuuro M, L, K Porkkanapala
lounas	Lohikiusaus L, G, K Kasvisriisipaistos M, L, G, K Isot juureskuutiot Friseetomaattisalaatti	Mozzarella kalavuoka L, G, K Kreikkalainen kiusaus L, G, K Peruna Vihermeloonisalaatti	Pinaattikeitto L, G, K Kananmuna Appelsiini lohko
välipala	Vad.ruusunmarjakiisseli M, L, G, K Mandariini	Puolukkavispipuuro M, L, K Banaani	Kinkku-ananaspizza L, K Päärynä
Keskiviikko aamupala	2.8.2017 Ruispuuro M, L, K Banaani	9.8.2017 Ruispuuro M, L, K Paprika	16.8.2017 Ruispuuro M, L, K Omena
lounas	Broileripihvi M, L, K Bataatti-juurespihvi L, G Currykastike L, G, K Täysjväriisi Kiinankaalimandariinisalaatti	Jauhelihipihvi M, L, G Sienikääryle M, L, G, K Sinappikastike L, G, K Peruna Tomaattifetasalaatti L, G, K	Uunikirjolohti L, G, K Quorn paprikakastikkeessa M, L, G Kuurittu peruna Vihertomaattisalaatti
välipala	Sydänsämpylä M, L, K Lauantaimakkara Kurkku	Trooppinen kiisseli M, L, G, K	Marjarahka L, G, K Kurkku
Torstai aamupala	3.8.2017 Ohrapuuro M, L, K Päärynä	10.8.2017 Ohrapuuro M, L, K Päärynä	17.8.2017 Ohrapuuro M, L, K Päärynä
lounas	Makaronijauhelihavuoka L, K Makaronisoijavuoka L, K Porkkanaraaste, herne	Tomaattijauhelihapasta L, K Tomaattimunakoisopasta L, K Kesäkurpitsasalaatti	Jauhelihakastike M, L, G, K Kikhernekastike L, G, K Täysjvöpasta Kurkkuinen salaatti
välipala	Kotimaiset marjat M, L, G, K Vaniljakastike L, G, K	Hot dog M, L, K Porkkanapala	Suklaakiisseli L, G, K Mandariini
Perjantai aamupala	4.8.2017 Moniviljapuuro M, L, K Appelsiini	11.8.2017 Moniviljapuuro M, L, K Appelsiini	18.8.2017 Moniviljapuuro M, L, K Appelsiini
lounas	Kalakeitto L, G, K Juustoinen kesäkeitto L, G, K Kurkku, omenalohko	Broilerikeitto M, L, G, K Perunapurjosekeitto L, G, K Juusto L, G, K Riisipiirakka L	Kasvissosekeitto L, G, K Grahamkasvispiirakka M, L, K
välipala	Pannukakku L, marjahilloke Hedelmä/lajitelma	Voisilmäpulla L Mehukeitto Hedelmä/lajitelma	Sämpylä M, L, K Ruohosipulituorejuusto G, K

PÄIVÄKOTIEN RUOKALISTA 31.7-10.9.2017

Maanantai aamupala	21.8.2017 Kaurapuuro M, L, K Täysmehu	28.8.2017 Kaurapuuro M, L, K Täysmehu	4.9.2017 Kaurapuuro M, L, K Täysmehu
lounas	Broilericurrykastike L, G, K Quorn mangokastikkeessa L, G Täysjyväriisi	Välimeren risotto L, G, K Sydänsämpylä M, L, K Ananas, kirsikkatomaatti, vihersalaatti	Broileri-kasvisohratto M, L, K Quorn-kasvisohratto M, L Romainesalaatti, aurinkokuiv. tomaatti
välipala	Viherpersikkasalaatti Mustaherukkahilloke Vatruska L Luumu	Grahamsämpylä M, L, K Kalkkunaleike M, L, G, K Viinirypäle	Kaurasämpylä M, L, K Juusto L, G, K Omena
Tiistai aamupala	22.8.2017 Vehnäpuuro M, L, K Tomaatti	29.8.2017 Vehnäpuuro M, L, K Tomaatti	5.9.2017 Vehnäpuuro M, L, K Tomaatti
lounas	Lohikeitto L, G, K Juustoinen sienikeitto L, K Jäätelöpikari L, G, K appelsiini lohko	Riistakiusaus L, G, K Punajuuriauraajuustokiusaus L, G, K Porkkanaraaste, herne, herkkukurkkukuutio Puolukkahilloke	Lihapullat M, L, K Kasvis-papukroketti M, L, G, K Yrttikastike L, G, K Kuurittu peruna Porkkanaraaste, ananas, raejuusto L, G, K Maustamaton jogurtti L, G, K Hedelmäsose Kurkku
välipala	Pannacotta L, G, K Mangosose	Kauraomenapaistos M, L, K Vaniljakastike L, G, K Mandariini	6.9.2017 Ruispuuro M, L, K Päärynä Kalapala M, L, K Kasvispihvi Caribben M, L, G, K Kermaviilikastike L, G, K Perunasose L, G, K Punajuuriomenasalaatti, purjo Sileä mustaherukkakiisseli M, L, G, K Banaani
Keskiviikko aamupala	23.8.2017 Ruispuuro M, L, K Omena	30.8.2017 Ruispuuro M, L, K Banaani	7.9.2017 Ohrapuuro M, L, K Omena Pinaattiohukkaat M, L Perunasose L, G, K Caesarsalaatti L, K Puolukkahilloke Marjarahka L, G, K Tomaatti
lounas	Kaalilaatikko M, L, G, K Kasviskaalilaatikko M, L, G, K Peruna Porkkanaraaste, raejuusto L, G, K puolukkahilloke	Parsakaalisosekeitto L, G, K Voi hyvin kaurasämpylä M, L, K Jääsalaatti, juusto	Kalapala M, L, K Kasvispihvi Caribben M, L, G, K Kermaviilikastike L, G, K Perunasose L, G, K Punajuuriomenasalaatti, purjo Sileä mustaherukkakiisseli M, L, G, K Banaani
välipala	Mustikkavadelmakiisseli M, L, G, K Mandariini	Perunapiirakka L, K Leikkele M, L, G, K Vesimeloni pala	Perunasose L, G, K Caesarsalaatti L, K Puolukkahilloke Marjarahka L, G, K Tomaatti
Torstai aamupala	24.8.2017 Ohrapuuro M, L, K Päärynä	31.8.2017 Ohrapuuro M, L, K Päärynä	7.9.2017 Ohrapuuro M, L, K Omena Pinaattiohukkaat M, L Perunasose L, G, K Caesarsalaatti L, K Puolukkahilloke Marjarahka L, G, K Tomaatti
lounas	Lihaperunasoselaatikko L, G, K Kasvis-ohrahelmipaistos M, L, K Viherkurkkusalaatti	Cheddarkala L, K Porkkanapihvi M, L, G, K Perunasose L, G, K Kiinankaalitomaattisalaatti, maissi Mansikkakiisseli M, L, G, K Banaani	Perunasose L, G, K Caesarsalaatti L, K Puolukkahilloke Marjarahka L, G, K Tomaatti
välipala	Rieska M, L, K Juusto L, G, K Kaakao, omena	1.9.2017 Moniviljapuuro M, L, K Appelsiini Hernekeitto M, L, K Kasvishernekeitto M, L, K Pannukakku L Marjahilloke Viili L, G, K Hedelmä/lajitelma	8.9.2017 Moniviljapuuro M, L, K Appelsiini Naudanlihakeitto M, L, G, K Borssikeitto M, L, G, K Smetana VL Jääsalaatti, mandariini Riisipiirakka M, L Hedelmä/lajitelma
Perjantai aamupala	25.8.2017 Moniviljapuuro M, L, K Appelsiini	1.9.2017 Moniviljapuuro M, L, K Appelsiini	8.9.2017 Moniviljapuuro M, L, K Appelsiini
lounas	Makkarakeitto M, L, G, K Nakkokeitto M, L, K Omenalohko	Hernekeitto M, L, K Kasvishernekeitto M, L, K Pannukakku L Marjahilloke Viili L, G, K Hedelmä/lajitelma	Naudanlihakeitto M, L, G, K Borssikeitto M, L, G, K Smetana VL Jääsalaatti, mandariini Riisipiirakka M, L Hedelmä/lajitelma
välipala	Pinaattiräiskäle Puolukkahilloke Hedelmä/lajitelma	Hedelmä/lajitelma	Hedelmä/lajitelma

PÄIVÄKOTIEN RUOKALISTA 31.7-10.9.2017

MATLIST DAGHEMMET 31.7-10.9.2017

måndag	31.7.2017	7.8.2017	14.8.2017
frukost	Havregrynsgröt M, L, K Saft	Havregrynsgröt M, L, K Saft	Havregrynsgröt M, L, K Saft
lunch	Korvsås L, G, K Chili sin carne M, L, G, K Potatis	Leverlåda M, L, G, K Morotsplättor M, L Potatis Ostpastasallad L, K	Ugnkorv M, L, G, K Ugnsojakorv M, L, K Potatismos L, G, K Rivet vitkål, senaprelish
mellanmål	Vitkål-gurkasallad, kryddgurka Flingor L, K Äpple	lignonsylt Yoghurt naturel L, G, K Fruktmos Gurka	Fil L, G, K Inhemska bär M, L, G, K
tisdag	1.8.2017	8.8.2017	15.8.2017
frukost	Veteflingagröt M, L, K Morotsbitar	Veteflingagröt M, L, K Tomat	Veteflingagröt M, L, K Morotsbitar
lunch	Laxfrestelse L, G, K Grönsak-rispaj M, L, G, K Rotsatsblandning Frise-tomatsallad	Mozzarella fiskgratäng L, G, K Grekisk frestelse L, G, K Potatis Vattenmelonsallad	Spenatsoppa L, G, K Ägg Apelsinstycke
mellanmål	Hallon-nyponkräm M, L, G, K Mandarin	Vispad lingongröt M, L, K Banan	Skinka-ananaspizza L, K Päron
onsdag	2.8.2017	9.8.2017	16.8.2017
frukost	Rågflingagröt M, L, K Banan	Rågflingagröt M, L, K Paprika	Rågflingagröt M, L, K Äpple
lunch	Kycklingbiff M, L, K Batat-rotfruktibiff L, G Currysås L, G, K Ris Kinakål-mandarinsallad	Köttfärsbiff M, L, G Svampdolma M, L, G, K Senapsås L, G, K Potatis Tomatfetasallad L, G, K Tropical kräm M, L, G, K	Ugnlax L, G, K Quorn i paprikasås M, L, G Potatis Grön-tomatsallad Bärkvark L, G, K
mellanmål	Semla M, L, K Korv Gurka		Gurka
torsdag	3.8.2017	10.8.2017	17.8.2017
frukost	Kornflingagröt M, L, K Päron	Kornflingagröt M, L, K Päron	Kornflingagröt M, L, K Päron
lunch	Makaroni-köttfärslåda L, K Makaronisojalåda L, K Riven morot, ärt	Tomat-köttfärspasta L, K Tomat-auberginepasta L, K Sommarsquashsallad	Köttfärssås M, L, G, K Kikärtsås L, G, K Helkornpasta Gurkasallad Chokladkräm L, G, K Mandarin
mellanmål	Bär M, L, G, K Vaniljsås L, G, K	Hot dog M, L, K Morotsbitar	
fredag	4.8.2017	11.8.2017	18.8.2017
frukost	Multigraingröt M, L, K Apelsin	Multigraingröt M, L, K Apelsin	Multigraingröt M, L, K Apelsin
lunch	Fisksoppa L, G, K Juustoinen kesäkeitto L, G, K Gurka, Äpplestycke	Kycklingsoppa M, L, G, K Potatispurjolöksmos-soppa L, G, K Ost L, G, K Rispirog L Bulle med smöröga L	Grönsakspuré-soppa L, G, K Grahamgrönsakspirog M, L, K
mellanmål	Pannkaka L, sylt Frukt/blandning	Saftsoppa Frukt/blandning	Semla M, L, K Gräslökfriskost G, K

PÄIVÄKOTIEN RUOKALISTA 31.7-10.9.2017

MATLIST DAGHEMMET 31.7-10.9.2017

måndag	21.8.2017	28.8.2017	4.9.2017
frukost	Havregrynsgröt M, L, K Saft	Havregrynsgröt M, L, K Saft	Havregrynsgröt M, L, K Saft
lunch	Kycklingcurrysås L, G, K Quorn i mangosås L, G Ris Grönpersika-sallad Svartvinbärsylt	Risotto från medelhavet L, G, K Semla M, L, K Ananas, körsbärstomat, grönsallad	Kyckling-grönsak-kornagryn M, L, K Quorn-grönsak-kornagryn M, L Romainesallad, soltorkad tomat
mellanmål	Vatruska L Plommon	Grahamsemula M, L, K Skivad kalkonfile M, L, G, K Vindruvor	Havresemula M, L, K Ost L, G, K Äpple
tisdag	22.8.2017	29.8.2017	5.9.2017
frukost	Veteflingagröt M, L, K Tomat	Veteflingagröt M, L, K Tomat	Veteflingagröt M, L, K Tomat
lunch	Laxsoppa L, G, K Svampsoppa med ost L, K Glassbägare L, G, K Apelsinstycke	Viltfrestelse L, G, K Rödbeta-blåmögelostfrestelse L, G, K Rivet morot, ärtor, delikatessgurktärningar lignonsylt	Köttbullar M, L, K Grönsak-bönakroetter M, L, G, K Örtsås L, G, K Potatis Rivet morot, ananas, grynost L, G, K Yoghurt nature L, G, K Fruktmos Gurka
mellanmål	Pannacotta L, G, K Mangopure	Havre-äpplepaj M, L, K Vaniljsås L, G, K Mandarin	
onsdag	23.8.2017	30.8.2017	6.9.2017
frukost	Rågflingagröt M, L, K Äpple	Rågflingagröt M, L, K Banan	Rågflingagröt M, L, K Päron
lunch	Källåda M, L, G, K Källåda M, L, G, K Potatis Rivet morot, grynost L, G, K lignonsylt	Broccolipuresoppa L, G, K havresemula M, L, K Issallad, ost	Fiskbit M, L, K Grönsakbiff Caribben M, L, G, K Gräddfilsås L, G, K Potatismos L, G, K Rödbeta-äpplesallad, purjolök Vinbärkräm M, L, G, K
mellanmål	Blåbär-hallonkräm M, L, G, K Mandarin	Potatispirog L, K Kallskuret M, L, G, K Vattenmelon stycke	Banan
torsdag	24.8.2017	31.8.2017	7.9.2017
frukost	Kornflingagröt M, L, K Päron	Kornflingagröt M, L, K Päron	Kornflingagröt M, L, K Äpple
lunch	Kött- och potatismoslåda L, G, K Grönsak-pärilgryn av kornpaj M, L, K Grön-gurkasallad	Cheddarfisk L, K Morotbiff M, L, G, K Potatismos L, G, K Kinakål-tomatsallad, majs Smultronkräm M, L, G, K	Spenatplättor M, L Potatismos L, G, K Caesarsallad L, K lignonsylt bärkvarv L, G, K
mellanmål	Tunnbröd M, L, K Ost L, G, K Kakao, Äpple	Banan	Tomat
fredag	25.8.2017	1.9.2017	8.9.2017
frukost	Multigraingröt M, L, K Apelsin	Multigraingröt M, L, K Apelsin	Multigraingröt M, L, K Apelsin
lunch	Korvsoppa M, L, G, K Sojakorvsoppa M, L, K Äpplestycke Spenatplättor lignonsylt Frukt/blandning	Ärtsoppa M, L, K Pannkaka L Sylt L, G, K Frukt/blandning	Nötköttsoppa M, L, G, K Borschtsoppa M, L, G, K Smetana VL Issallad, mandarin Rispirog M, L Frukt/blandning