

Vihdin Aterian
päiväkotien ruokalista 2.1.-31.7.2026

Vko 2,7,12,17,22,27	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
Aamupala	Ruishiutalepuuro L,M,K,VE Appelsiinitäysmehu	Vehnähiutalepuuro L,K Mandariini	Kaurapuuro L,M,K,VE Kaakao L,G,K Kurkku	4-viljanmurot L,M,K,VE Päärynä Rieska L,M,K,VE	Moniviljapuuro L,M,K,VE Porkkana
Lounas	Lihapullat L,M,K Vegenakko L,M,G,K,VE Yrttikastike L,G,K Keitetyt perunat L,M,G,K,VE Salaattipöytä	Riisipuuro L,G,K Kotimaiset marjat L,M,G,K,VE Porkkana	Broileripatukka L,M,G Punajuuri-ryöry L,M,G,K,VE Perunasose L,G,K Curry-jogurttikastike L,G,K Salaattipöytä	Kirjolohikeitto L,G,K Metsäsienikeitto L,G,K Mandariini Saaristolaisleipä L,M,K,VE	Makaroni-jauheliuhavuoka L,K Nytis-pytis L,M,K,VE Salaattipöytä
Välipala	4-viljanmurot L,M,K,VE Banaani	Porkkana-grahampiirakka L,M,K,VE Vesimeloni	Vadelmakiisseli L,M,G,K,VE Omena	Marjasmoothie L,G,K	Mustaherukkakiisseli L,M,G,K,VE Viikon tuorepala
Vko 3,8,13,18,23	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
Aamupala	Ruishiutalepuuro L,M,K,VE Omenamehu	Vehnähiutalepuuro L,K Mandariini	Kaurapuuro L,M,K,VE Kaakao L,G,K Kurkku	4-viljanmurot L,M,K,VE Päärynä Rieska L,M,K,VE	Moniviljapuuro L,M,K,VE Porkkana
Lounas	Makkarakastike L,G,K Chili sin carne L,M,G,K,VE Keitetyt perunat Salaattipöytä	Pinaattiohukaiset L Puolukkahilloke L,M,G,K,VE Perunasose L,G,K Salaattipöytä	Butter chicken L,G,K Butter quorn L,G Täysjyväriisi L,M,G,K,VE Salaattipöytä	Lihakeitto L,M,G,K Kasvishernekeitto L,M,K,VE Kaurainen sämpylä L,M,K Kurkku	Kalapiikko L,M,G,K Porkkananappi L,M,G,K,VE Tilli-kermaviilikastike L,G,K Perunasose L,G,K Salaattipöytä
Välipala	Kaurainen sämpylä L,M,K Juusto L,G,K Porkkanapölkky	Suklaakiisseli L,K,G Omena	Jauhelihapizza L,K Viinirypäle	Mangorahka L,G,K	Riisipiirakka L, K Kalkkunaleikkele L,M,G,K Viikon tuorepala
Vko 4,9,14,19,24	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
Aamupala	Ruishiutalepuuro L,M,K,VE Omenamehu	Vehnähiutalepuuro L,K Mandariini	Kaurapuuro L,M,K,VE Kaakao L,G,K Kurkku	4-viljanmurot L,M,K,VE Päärynä Rieska L,M,K,VE	Moniviljapuuro L,M,K,VE Porkkana
Lounas	Broileripihvi L,M,G,K Porkkanapihvi L,M,G,K,VE Currykastike L,G,K Keitetyt perunat Salaattipöytä	Meksikolainen perunapaistos L,K Salaattipöytä	Kalakepukka L,M,G,K Tartarkastike L,G Kasvispyörykät L,M,G,K,VE Peruna Salaattipöytä	Kauden kasvisseoseitto L,G,K Paahdetut kikherneet L,M,G,K,VE Rieska L,M,K,VE Juusto L,G,K	Lohikiusaus L,G,K Makaroni-soijavuoka L,K Keitetty pikkuporkkana Salaattipöytä
Välipala	Grahamsämpylä L,K Juusto L,G,K Kirsikkatomaatti	Marja-pannacotta L	Hedelmäkiisseli L,M,G,K,VE Banaani	Riisipuuro L,G,K Hedelmäseose L,M,G,K,VE	Banaanijogurtti L,G,K Viikon tuorepala
Vko 5,10,15,20,25	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
Aamupala	Ruishiutalepuuro L,M,K,VE Appelsiinitäysmehu	Vehnähiutalepuuro L,K Mandariini	Kaurapuuro L,M,K,VE Kaakao L,G,K Kurkku	4-viljanmurot L,M,K,VE Päärynä Rieska L,M,K,VE	Moniviljapuuro L,M,K,VE Porkkana
Lounas	Uunimakkara L,M,G,K Vegenugetti L,K,VE Perunasose L,G,K Salaattipöytä	Broilerilaatikko L,G,K Punajuuri-sinihomejuustovuoka L,G,K Salaattipöytä	Kalakeitto L,G,K Parsakaalisosekeitto L,G,K Banaani	Lasagnette NoMince L,K Salaattipöytä	Jauheliuhakastike L,M,G,K Härkiskastike L,M,G,K,VE Täysjyväpasta L,M,K,VE Salaattipöytä
Välipala	Luonnonjogurtti L,G,K Hedelmäseose L,M,G,K,VE	Mustikkakukko L Vaniljakastike L,G,K	Marjarahka L,G,K	Suklaa-banaanismoothie L, K, G	Riisipiirakka L,K Ruohosipulituorejuusto L,G,K Viikon tuorepala
Vko 6,11,16,21,26	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
Aamupala	Ruishiutalepuuro L,M,K,VE Omenamehu	Vehnähiutalepuuro L,K Mandariini	Kaurapuuro L,M,K,VE Kaakao L,G,K Kurkku	4-viljanmurot L,M,K,VE Päärynä Rieska L,M,K,VE	Moniviljapuuro L,M,K,VE Porkkana
Lounas	Broilerikastike L,G,K Quorn-mangokastike L,G Täysjyväriisi L,M,G,K,VE Salaattipöytä	Turskapihvi L,M,K Kasviskepukka L,M,G,K,VE Tartarkastike L,G Perunasose L,G,K Salaattipöytä	Tomaatti-jauheliuhapasta L,K Härkispata L,M,K,VE Salaattipöytä	Hernekeitto L,M,K Pinaattikeitto L,G,K Pannukakku L Mansikkahillo L,M,G,K,VE	Lihaperunasoselaatikko L,G,K / Broileritortilla Soija-perunasoselaatikko L,G,K / Kasvistortilla Salaattipöytä
Välipala	Grahamsämpylä L,K Kalkkunaleikkele L,M,G,K Kirsikkatomaatti	Mansikkakiisseli L,M,G,K,VE Viinirypäle	Mustikkarahka L,G,K	Puolukkavispipuuro L,M,K,VE Omena	Hedelmäsmoothie L,G,K Viikon tuorepala
Vihdin kunta pidättää oikeuden muuttaa ruokalistaa. Broilerin-, naudan- ja sianliha ovat suomalaista.			Kirjainmerkit: L= Laktoositon,M= Maidoton, G= Gluteeniton, K= Kananmunaton, VE= Vegaaninen Ruokalista on perusrunko ja ajantasalla oleva ruokalista on esillä JAMIX MENU:ssa www.jamix.fi/menu		