

Päiväkotien ruokalista

Vko 38-43 syyskuu-lokakuu

20.09.2021 - 29.10.2021

Viikko	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
38	20.09.2021	21.09.2021	22.09.2021	23.09.2021	24.09.2021
	Lounas Jauhelihakastike M, L Spaghetti, täysjyvädurum	Lounas Inkivääri broileri mango- minttukastike M, L, G, KM Täysjyväriisi M, L, G, KM, S, VEG	Lounas Uunimakkara M, L, G, KM, S Perunasose L, G, KM, S	Lounas Tomaattikeitto M, L, G, KM, S, VEG	Lounas Jauheliha-makaronilaatikko L, S
	Kasvislounas Soijakastike M, L, KM, VEG Spaghetti, täysjyvädurum	Kasvislounas Kikherne kastike M, L, G, KM, S, VEG Täysjyväriisi M, L, G, KM, S, VEG	Kasvislounas Kasviskaalikääryle M, L, G, KM, S, VEG Perunasose L, G, KM, S	Kasvislounas Tomaattikeitto M, L, G, KM, S, VEG	Kasvislounas Kasvismakaronilaatikko L, S,
	Eriyisruokavalio Kanakastike M, L, KM, G Jauhelihakastike M, L, G, KM, S, Ei tom Pasta gluteeniton	Eriyisruokavalio Mango broilerikastike G, L, KM, M	Eriyisruokavalio Kalkkunapihvi M,L,G,KM,S Perunasose M, L, G, KM, S	Eriyisruokavalio	Eriyisruokavalio Makaronilaatikko M, L, G, KM, S
	Päivän salaatti Päivän salaatti	Päivän salaatti Päivän salaatti	Päivän salaatti Päivän salaatti	Päivän salaatti Päivän salaatti	Päivän salaatti Päivän salaatti

Päiväkotien ruokalista

Vko 38-43 syyskuu-lokakuu

20.09.2021 - 29.10.2021

Viikko	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
39	27.09.2021	28.09.2021	29.09.2021	30.09.2021	01.10.2021
	Lounas Broileri-ananaskastike M, L, G, KM Riisi täysjyvä	Lounas Jauhelihalasagnette L, KM, S	Lounas Ruiskalafile M, L, KM, S Perunasose L, G, KM, S Kermaviilikastike tilli-kapriskastike L, G, KM, S	Lounas Hernekeitto, luomuherneistä	Lounas Broileri-nuudeliwokki L,M,S
	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
	Kasvislounas Intialainen linssipata M, L, G, KM, S, VEG Riisi täysjyvä	Kasvislounas Munakoiso-tomaattipaistos L, G, KM, S	Kasvislounas Värikäs kasvispaistos L,G,KM	Kasvislounas Bataatti-juustokeitto Ruisleipä viipale Reilunkaupan banaani Maito, leipä, levite	Kasvislounas Teriaki - Tofu nuudeliwokki L,M,G,Veg Maito, leipä, levite Salaattipöytä
	Erityisruokavalio Hapanimeläkastike M,L,G,KM, Ei paprika, ei soija	Erityisruokavalio Jauhelihalasagnette M, L, G, KM, S, kanalla Munakoiso-tomaattipaistos M,L, G, KM, S	Erityisruokavalio Lihapulla Alleri Kalapuikko M, L, G, KM, S Perunasose M, L, G, KM, S	Erityisruokavalio Hernekeitto M, L, G, KM, kanalla Bataattisosekeitto M, L, G, KM, S, Veg	Erityisruokavalio Tofu-nuudeliwokki M, L, G, KM Broileri-nuudeliwokki M, L, G, KM
	Päivän salaatti Päivän salaatti	Päivän salaatti Päivän salaatti	Päivän salaatti Päivän salaatti	Päivän salaatti Päivän salaatti	Päivän salaatti Päivän salaatti

Päiväkotien ruokalista

Vko 38-43 syyskuu-lokakuu

20.09.2021 - 29.10.2021

Viikko	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
40	04.10.2021	05.10.2021	06.10.2021	07.10.2021	08.10.2021
	Lounas Siskonmakkarakeitto M, L, G, KM, S	Lounas Lohipastavuoka L	Lounas Mifukastike L,G,KM, Pasta M, L, KM, S, VEG	Lounas Kaurapaneroitu silakkamurekepihvi L, S Perunasose L, G, KM, S Kermaviili-sinappikastike G, KM, S	Lounas Moussaka L, G, KM, S
	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
	Kasvislounas Porkkana-inkiväärisosekeitto L, G, KM	Kasvislounas Seitanpastavuoka L	Kasvislounas Mifukastike L,G,KM, Pasta M, L, KM, S, VEG	Kasvislounas Linssimureke L, G, KM, S Perunasose L, G, KM, S Kermaviili-sinappikastike G, KM, S	Kasvislounas Kesäkurpitsa-tomaattivuoka L ,G,KM,
	Erityisruokavalio Kanakeitto M, L, G, KM, S, ei tomaattia Juuresosekeitto M, L, G, KM, S, Veg	Erityisruokavalio Lohipastavuoka M, L, G, KM, S, ei tomaattia Lasagnette M, L, G, KM, kanalla/kalkkunalla Punajuuri- pastapaistos M, L, G, KM, Veg	Erityisruokavalio Kasviskastike M, L, G, KM, VEG Pasta gluteeniton	Erityisruokavalio Kalapuikko M, L, G, KM, S Kalkkunapihvi M,L,G,KM,S Perunasose M, L, G, KM, S Vegaani-sinappikastike M, L, G, KM, S	Erityisruokavalio Moussaka M, L, G, KM, S
	Päivän salaatti Päivän salaatti	Päivän salaatti Päivän salaatti	Päivän salaatti Päivän salaatti	Päivän salaatti Päivän salaatti	Päivän salaatti Päivän salaatti

Päiväkotien ruokalista

Vko 38-43 syyskuu-lokakuu

20.09.2021 - 29.10.2021

Viikko	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
41	11.10.2021	12.10.2021	13.10.2021	14.10.2021	15.10.2021
	Lounas Lempeä broilerikeitto L, G, KM, S	Lounas Liha- perunasoselaatikko L, G, KM, S	Lounas Taco-kala L, G, KM, S Täysjyväriisi M, L, G, KM, VEG	Lounas Lihapyörykät tomaattikastikkeessa M,L,G,KM,S Perunat M, L, G, KM, S, VEG	Lounas kasvislasagnette L
	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
	Kasvislounas Pinaattikeitto L, G, KM, S	Kasvislounas Kasvis-kaalilaatikko M, L, G, KM, VEG	Kasvislounas Kasvis-couscous L, M, KM, S, VEG	Kasvislounas Tsatsiki L, G, KM, S Perunat M, L, G, KM, S, VEG	Kasvislounas kasvislasagnette L
	Erytisruokavalio Lempeä broilerikeitto M, L, G, KM, S Pinaattikeitto M, L, G, KM, S	Erytisruokavalio Perunasoselaatikko kanalla M, L, G, KM, S	Erytisruokavalio Taco-kala M, L, G, KM, S Dieetti Kasvisrisotto M, L, G, KM, Veg	Erytisruokavalio Lihapulla M,L,G,KM,S Porkkanapihvi M, L, G, KM, VEG Viherpippurikastike M, L, G, KM, S	Erytisruokavalio kasvislasagnette M, L, G, KM
	Päivän salaatti Päivän salaatti	Päivän salaatti Päivän salaatti	Päivän salaatti Päivän salaatti	Päivän salaatti Päivän salaatti	Päivän salaatti Päivän salaatti

Päiväkotien ruokalista

Vko 38-43 syyskuu-lokakuu

20.09.2021 - 29.10.2021

Viikko	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
42	18.10.2021	19.10.2021	20.10.2021	21.10.2021	22.10.2021
	Lounas Gulassikeitto M, L, G, KM, S	Lounas Seitan-pestopasta L, KM	Lounas Parsakaali-perunasosekeitto L, G, KM, S	Lounas Broileririsotto M, L, G, KM, S	Lounas Paneroitu kala M, L, G, KM, S Perunasose L, G, KM, S Hummus-jogurttikastike L,G,KM,M
	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
	Kasvislounas Hernesosekeitto L, G, KM	Kasvislounas Seitan-pestopasta L, KM	Kasvislounas Parsakaali-perunasosekeitto L, G, KM, S	Kasvislounas Tofu-kasviscoussous M, L, KM	Kasvislounas Juurespihvi L, G, M, KM, VEG Perunasose L, G, KM, S Hummus-jogurttikastike L,G,KM,M
	Erityisruokavalio Hernesosekeitto M, L, G, KM Kasvisosekeitto M, L, G, KM, S, VEG	Erityisruokavalio Linssi-pestopasta M, L, G, KM, Veg	Erityisruokavalio Kaurarouhepuuro M, L, G, KM, S, Veg Parsakaali-perunasosekeitto M, L, G, KM, S, Veg	Erityisruokavalio	Erityisruokavalio Kalapuikko M, L, G, KM, S Perunasose M, L, G, KM, S Hummus-vegaanikastike L,G,KM,M
	Päivän salaatti Päivän salaatti	Päivän salaatti Päivän salaatti	Päivän salaatti Päivän salaatti	Päivän salaatti Päivän salaatti	Päivän salaatti Päivän salaatti

Päiväkotien ruokalista

Vko 38-43 syyskuu-lokakuu

20.09.2021 - 29.10.2021

Viikko	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
43	25.10.2021	26.10.2021	27.10.2021	28.10.2021	29.10.2021
	Lounas Bolognese kastike M, L, G, KM, S Pasta	Lounas Pinaattihukainen M, L, V, S Perunasose L, G, KM, S	Lounas Lohikeitto L, G, KM, S	Lounas Nakkikastike L, G, KM, S Perunat M, L, G, KM, S, VEG	Lounas Paneroitu kala M, L, G, KM, S Tartar-kastike L, G,, S Peruna
	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
	Kasvislounas Ratatouille M, L, G, KM, S, VEG Pasta M, L, KM, S, VEG	Kasvislounas Pinaattihukainen M, L, V, S Perunasose L, G, KM, S	Kasvislounas Linsseikeitto M, L, G, KM, S, VEG	Kasvislounas Kasvis curry L, G, KM, S, VEG Peruna	Kasvislounas Kasvispihvi M, L, G, KM, VEG Tartar-kastike L, G,, S Peruna
	Erityisruokavalio Jauhelihakastike M, L, G, KM, S, Ei tom Kanakastike M, L, KM, G Pasta gluteeniton	Erityisruokavalio Härkäpapu - Pinaattihukainen M, L, G, KM Perunasose M, L, G, KM, S	Erityisruokavalio Lohikeitto M, L, G, KM, S Kanakeitto M, L, G, KM, S, ei tomaattia	Erityisruokavalio Nakkikastike M, L, G, KM, S, kalkkunalla	Erityisruokavalio Kalapuikko M, L, G, KM, S Kalkkunapihvi Alleri M,L,G,KM,S Tartar-kastike M, L, G, KM, S, Veg