

VERKANAPPULAT-PÄIVÄKOTIEN JOULURUOKALISTA

M= maidoton K= kananmunaton GL=gluteeniton
Liha ja broileri ovat kotimaisia

TALVI 2024-2025

RUOKALISTA 1

23.-27.12.

MAANANTAI

TIISTAI

KESKIVIikko

TORSTAI

PERJANTAI

AAMUPALA

Luomukaurapuuro,
jouluomena

24.12.
JOULUAATTO

25.12.
JOULUPÄIVÄ

26.12.
TAPANINPÄIVÄ

Luomuvehnäpuuro
luomumaitoon, päärynä

LOUNAS

Lempeä broilerikeitto K/GL,
paprika, joululeipä

24.12.
JOULUAATTO

25.12.
JOULUPÄIVÄ

26.12.
TAPANINPÄIVÄ

Lohikastike K/GL, pasta, viipale
punajuuri

VÄLIPALA

Viljamin vuoka, luomujuusto,
mandariini

24.12.
JOULUAATTO

25.12.
JOULUPÄIVÄ

26.12.
TAPANINPÄIVÄ

Ruis-karpaloleipä, luomu
juusto, tomaatti

RUOKALISTA 2

30.12-3.1.

MAANANTAI

TIISTAI

KESKIVIikko

TORSTAI

PERJANTAI

AAMUPALA

Luomuruispuuro, Aamupala
juusto, tomaatti

Luomukaurapuuro, omena

1.1.
UUDENVUODENPÄIVÄ

Luomuspelttipuuro, tomaatti

Luomu4-viljanpuuro, omena

LOUNAS

Broilerimakkarakastike M/K/GL,
perunat, kaali-kurpitsasalaatti

Lihapyörökät, perunasose,
luomu ketsuppi, melonisalaatti

1.1.
UUDENVUODENPÄIVÄ

Paprika-jauhelihakastike
M/K/GL, pätkä spagetti,
vihersalaatti

Kahden kalan keitto M/K/GL,
kurkku, Luomu Ruisvarras

VÄLIPALA

Ruisnappi M/K, luomujuusto,
friseesalaatti

Vadelmavaahto K/GL,
appelsiini

1.1.
UUDENVUODENPÄIVÄ

Uuniomenajogurtti, banaani

Kauraleipä, kalkkunaleikkele,
paprika

VERKANAPPULAT-PÄIVÄKOTIEN JOULURUOKALISTA

M= maidoton K= kananmunaton GL=gluteeniton
Liha ja broileri ovat kotimaisia

TALVI 2024-2025

RUOKALISTA 3

VKOT: 48, 2, 8, 14

MAANANTAI

TIISTAI

KESKIVIikko

TORSTAI

PERJANTAI

AAMUPALA

Luomuvehnäpuuro
luomumaitoon, tomaatti

Luomuruispuuro, paprika

Riisihiutalepuuro luomumaitoon,
marjasekoitus, kurkku

Luomukaurapuuro, omena

Luomuspelttipuuro, banaani

LOUNAS

Jauhelihakastike M/K/GL,
perunat, punakaali-
ananassalaatti

Välimeren keitto M/K/GL,
kinkkuleikkele, salaatinlehti,
Luomu Ruispaakari

Itämainen lihapata M/K/GL,
täysjyväröisi, kiinankaali-
maissi-kurkkusalaatti

Kalamureke M/GL, perunasose
K/GL, punajuuri, herneet

Kookos-broilerikeitto M/K/GL,
tomaatti, Luomu Pikkuveli ruis

VÄLIPALA

Riisipiirakka, luomujuusto,
kurkku

Aprikoosi-jogurttivahto K/GL,
kukkakaali

Luomu sämpylä, luomujuusto,
paprika

Luomu hedelmäsmoothie, 3-
kasviksen dipitajitelma ja
dippikastike

Täysjyväpatonki,
kalkkunaleikkele, kurkku

RUOKALISTA 4

2.-6.12.

MAANANTAI

TIISTAI

KESKIVIikko

TORSTAI

PERJANTAI

AAMUPALA

Luomu4-viljanpuuro, kurkku

Luomuvehnäpuuro, Aamupala
juusto, mandariini

Luomumannapuuro
luomumaitoon, luomu
mustikkakeitto, omena

Luomuruispuuro,
porkkanapala

6.12.
ITSENÄISYSPÄIVÄ

LOUNAS

Chili sin carne M/K/GL,
täysjyväröisi, kiinankaali-
persikkasalaatti

Pinaattikeitto K, kananmuna,
kurkku, Luomu Ruispaakari

Broilerinikisusaus K/GL, jäävuori-
kurkku-tomaattisalaatti

Karjalanpaisti M/K/GL, perunat,
omena-punajuurisalaatti

6.12.
ITSENÄISYSPÄIVÄ

VÄLIPALA

Perunarieska M/K,
luomujuusto, tomaatti

Marjakiisseli M/K/GL,
hapankorppu, banaani

Ruisräppi, luomujuusto,
paprika

Karpalo-puolukkarahka K/GL
ja mandariini

6.12.
ITSENÄISYSPÄIVÄ

VERKANAPPULAT-PÄIVÄKOTIEN

M= maidoton K= kananmunaton GL=gluteeniton
Liha ja broileri ovat kotimaisia

JOULURUOKALISTA

TALVI 2024-2025

RUOKALISTA 5

RUOKA

9.-13.12.

MAANANTAI

TIISTAI

KESKIVIikko

TORSTAI

PERJANTAI

AAMUPALA

Luomu4-viljanpuuro, tomaatti

Luomuspelttipuuro,
jouluomena

Luomuohrahiutalepuuro
luomumaitoon, hedelmäsose

Luomuvehnäpuuro, Aamupala
juusto, tomaatti

Luomuruispuuro, kurkku

LOUNAS

Paprika-broilerikastike M/K/GL,
ohrahelmi, juuresraaste

Porkkana-bataattisekeitto
M/K/GL, raejuusto, kurkku,
Luomu Ruispaakari

Liha-makaronilaatikko K, Luomu
ketsuppi, jäävuori-kurkku-
hernesalaatti

Kermainen kalkkunakastike
K/GL, perunat, kaali-
mandariinisalaatti

Jauhelihakeitto M/K/GL,
paprika, Luomu ruisvarras

VÄLIPALA

Riisivatruska, kurkku, banaani

Luomu-vaniljarahka K/GL,
lanttutikut

Luomu metsämustikkajogurtti,
omena

Omena-kanelikiisseli M/K/GL,
kurkkutikut

Joululeipä, palvikinkku,
tomaatti

RUOKALISTA 6

16.-20.12.

MAANANTAI

TIISTAI

KESKIVIikko

TORSTAI

PERJANTAI

AAMUPALA

Luomuvehnäpuuro
luomumaitoon, omena

Luomukaurapuuro, kurkku

Riisihäutalepuuro luomumaitoon,
luomu-rusinakeitto,
porkkananpala

Luomu4-viljanpuuro, tomaatti

Luomuspelttipuuro,
klementiini

LOUNAS

Mausteinen lihapata M/K/GL,
täysjyväriisi, jäävuori-
kurkkusalaatti

Kasvissekeitto K/GL, Kippari
sulatejuustoviipale, tomaatti,
joululeipä

Riistakiusaus K/GL, rosolli ja
herneet

Sinappinen possukastike K/GL,
perunat, porkkanalaatikko,
kiinankaali-kurkkusalaatti

Kermainen lohikeitto K/GL,
tomaatti, perunalimppu

VÄLIPALA

Ruispala, luomujuusto,
tomaatti

Jouluinen marjakiisseli
M/K/GL, piparit, banaani

Luomu sämpylä, luomujuusto,
salaatinlehti

Appelsiini-piiparahka K/GL,
kukkakaali

Pieni rukiinen riisipiirakka,
aamupalajuusto, jouluomena