

## Runkolista kevät päiväkodit 2023

<u>Maanantai</u>	<u>Tiistai</u>	<u>Keskiviikko</u>	<u>Torstai</u>	<u>Perjantai</u>	<u>Lauantai</u>	<u>Sunnuntai</u>
<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>
Mannapuuro	Ruishiutalepuuro	Maustamaton jogurtti	Kaurahiutalepuuro	Neljänviljanpuuro	Vehnähiutalepuuro	Riisipuuro
Mansikkakeitto	Kukkakaalinuppu	Marjainen hillosilmä	Sämpylä Monivilja	Lauantaimakkara	Tuorepala	Mustikkakeitto
	Sämpylä Graham	Vuokaleipä viipale	Juustoviipale Edam			
		Vesimeloni viipale				
<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>
Mangobroilerkastike	Kirjolahikiusaus	Kaalijauhelihaalattikko	Lindströmin pihvi	Jauheliuhakeitto	Broilerikiusaus	Lohimurekepihvi
Ohraryyni	Punajuuri-purjo-omenasalaatti	Porkkana-puolukkasalaatti	Perunasose	Vaaleavuokaleipä	Tuoresalaatti	Kalakastike
Pikkuporkkanat			Kiinankaali-ananas-raejuustosalaatti	Juusto		Perunasose
Kaali-mustaherukkasalaatti				Vihannesdippi		Uunijuurekset
						Suvisalaatti
<b>Lounas kasvisruoka</b>	<b>Lounas kasvisruoka</b>	<b>Lounas kasvisruoka</b>	<b>Lounas kasvisruoka</b>	<b>Lounas kasvisruoka</b>		
Mango-Mifukastike	Juustoinen kasviskiusaus	Soija-kaalilaattikko	Kasvispihvi	Pinaattikeitto		
				Kananmuna		
<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>
Banaani	Vadelma-mustaherukkakiisseli	Riisipiirakka	Porkkanapölkky	Vatkattu puolukkavispipuuro	Hedelmäsalaatti	Jäätelöpuikko
Juustoviipale	Porkkanapölkky	Munavoi	Sämpylä Kaura	Tuorekurkku	Leipä, monivilja viip	Leipä kaurapala
Neljän viljan vuokaleipä	Vuokaleipä viipale	Kurkkuviipale	Leikkele kinkku	Ruisvuokaleipä		
<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>
Jauheliha-kasviskiusaus	Pyttipannu	Makkarakieitto	Bataattiseikeitto	Tonnikalakiusaus	Kesäkeitto	Lasagnette
Kurkkupölkky	Tomaatti viipale	Kirsikkatomaatti	Raejuusto	Porkkanaraaste ohut	Riisipiirakka	Hedelmäpala
					Kurkkuviipale	

<u>Maanantai</u>	<u>Tiistai</u>	<u>Keskiviikko</u>	<u>Torstai</u>	<u>Perjantai</u>	<u>Lauantai</u>	<u>Sunnuntai</u>
<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>
Mannapuuro	Ruishiutalepuuro	Ohrahiutalepuuro	Kaurahiutalepuuro	Neljänviljanpuuro	Vehnähiutalepuuro	Riisipuuro
Vadelmakiisseli	Juustoviipale	Kananmuna	Persikkasose	Juustoviipale Edam	Kinkkuleikkele Kurkkupölkky	Hedelmäkiisseli
<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>
Nakkikastike	Tonnikalapaistos	Kasvispihvi	Jauheliha-perunasoselaatikko	Seikeitto	Sianlihapata	Jauhelihapihvi
Peruna	4-lajin vihannessekoitus	Lohkoperuna	Jäävuori-herne-maissi-paprikasalaatti	Juusto	Peruna	Perunasose
Kaalifarmarinsalaatti	Porkkana-kyssäkaaliraaste	Kermaviilikastike Kiinankaali-persikkasalaatti		Juuresdippi Grahamsämpylä	Porkkanaviipale Kirsikkatomaatti	Ruskeakastike Sienisalaatti
<b>Lounas kasvisruoka</b>	<b>Lounas kasvisruoka</b>	<b>Lounas kasvisruoka</b>	<b>Lounas kasvisruoka</b>	<b>Lounas kasvisruoka</b>	<b>Lounas kasvisruoka</b>	<b>Lounas kasvisruoka</b>
Juuresjalfrezi	Punajuuri-soijakiusaus		Soijaperunasoselaatikko	Kesäkeitto		
<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>
Jogurtti marja/hedelmä	Mangokiisseli	Lihapiirakka Kaura	Riisimuro	Vatkattu mansikkapuuro	Ohukainen	Viili vadelma-mansikka
Juustoviipale	Paprikarengas	Hedelmäpala	Marjainen hillosilmä	Kalkkunaleikkele	Mansikkahillo	Hedelmäpala
Kaurapala	Sämpylä Monivilja		Parsakaali, pala			
<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>
Maksalaatikko	Kinkkukiusaus	Kesäkeitto	Makkaralaatikko	Jauhelihakiusaus	Lohikeitto	Lihamakaronilaatikko
Voikastike	Punajuuriviipale	Riisipiirakka laktoositon	Porkkana-raejuustosalaatti	Vesimeloni viipale	Hedelmäpala	
Peruna		Juustoviipale				
Puolukka						

<u>Maanantai</u>	<u>Tiistai</u>	<u>Keskiviikko</u>	<u>Torstai</u>	<u>Perjantai</u>	<u>Lauantai</u>	<u>Sunnuntai</u>
<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>
Mannapuuro	Ruishiutalepuuro	Ohrahiutalepuuro	Kaurahiutalepuuro	Neljänviljanpuuro	Vehnähiutalepuuro	Riisipuuro
Vadelmakiisseli	Hedelmäpala Juustoviipale	Kananmuna	Persikkasose	Juustoviipale	Kinkkuleikkele Tuorepala	Persikkakiisseli
<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>
Jauhelihakastike	Juustoinen porkkanasosekeitto	Broilerpyörykkä	Kasvislasagnette	Hernekeitto	Kaalijauhelihakeitto	Härkäpekonihöystö
Peruna	Raejuusto	Currykastike	Porkkana-ananassalaatti	Juusto	Tuorekurkku	Peruna
Papu mix	Karjalanpiirakka	Peruna		Rieska		Kukkakaali
Punajuurisalaatti	Tuorekurkku	Punakaali-persikkasalaatti		Tomaatti lohko		Kurkkuinen salaatti
<b>Lounas kasvisruoka</b>	<b>Lounas kasvisruoka</b>	<b>Lounas kasvisruoka</b>	<b>Lounas kasvisruoka</b>	<b>Lounas kasvisruoka</b>	<b>Lounas kasvisruoka</b>	<b>Lounas kasvisruoka</b>
Papu-kasviscurry		Kasvispyörykkä		Kasvishernekeitto		
<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>
Kaakao	Liha-riisipasteija	Herukkakiisseli	Mustikkavanukas	Lätyt	Luumukiisseli	Marjapiirakkapala
Sämpylä, porkkana	Banaani	Tomaattiviipale	Kukkakaalinuppu	Hillo		
Juustoviipale				Hedelmäpala		
<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>
Merimiespihvi	Lasagnette	Lihakeitto	Kanakeitto	Kirjolahikiusaus	Savulapakiusaus	Nakkikeitto
Tuorekurkku	Kirsikkatomaatti	Maustekurkkuviipale	Raejuusto	Punajuurisalaatti	Kirsikkatomaatti	Hedelmäpala

<u>Maanantai</u>	<u>Tiistai</u>	<u>Keskiviikko</u>	<u>Torstai</u>	<u>Perjantai</u>	<u>Lauantai</u>	<u>Sunnuntai</u>
<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>
Mannapuuro	Ruishiutalepuuro	Ohrahiutalepuuro	Kaurahiutalepuuro	Neljänviljanpuuro	Vehnähiutalepuuro	Riisipuuro
Vadelmakiisseli	Hedelmäpala Juustoviipale	Kananmuna	Persikkasose	Juustoviipale	Tuorepala Kinkkuleikkele	Hedelmäkiisseli
<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>
Kinkkukiusaus	Kalkkunasuikalekastike	Porsaanliha-juureskeitto	Kapteenin kalakuviot	Broilerherkku	Nakkikeitto	Kalapihvi
Parsakaali	Ohraryyni	Juusto	Perunasose	Juuresdippi	Paprikalohko	Perunasose
Keltainen kaalisalaatti	Mustaherukkahillo Kiinankaali- kesäkurpitsasalaatti	Tuorepala	Sekavihannes Punajuuri-kukkakaali- omenasalaatti			Sitruskastike Punajuurisalaatti
<b>Lounas kasvisruoka</b>	<b>Lounas kasvisruoka</b>	<b>Lounas kasvisruoka</b>	<b>Lounas kasvisruoka</b>	<b>Lounas kasvisruoka</b>	<b>Lounas kasvisruoka</b>	<b>Lounas kasvisruoka</b>
Välimeren kasvisvuoka	Kasvisstroganoff	Quorn rouhe-kasviskeitto	Vegekebakko	Punajuuri-soijakiusaus		
<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>
Jogurtti	Karjalanpiirakka	Porkkanatikku	Ruusunmarjakiisseli	Kaakao	Vatkattu mansikkapuuro	Jäätelö puikko
Omena	Juustoviipale	Suklaakiisseli	4-viljanvuokaleipä viipale	Sämpylä		
Kauraleipä	Appelsiinilohko		Paprikarengas	Tuorekurkku		
<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>
Jauhelihakeitto	Bataattisosekeitto	Tonnikalakiusaus	Sadonkorjaajan broilerkeitto	Spagetti	Broilerherkku	Tomaattiviipale
Sämpylä Kaura	Raejuusto	Punajuurisalaatti	Kurkkupölkky	Jauhelihakastike	Hedelmäinen kaalisalaatti	Lihakeitto

<u>Maanantai</u>	<u>Tiistai</u>	<u>Keskiviikko</u>	<u>Torstai</u>	<u>Perjantai</u>	<u>Lauantai</u>	<u>Sunnuntai</u>
<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>
Mannapuuro	Ruishiutalepuuro	Ohrahiutalepuuro	Kaurahiutalepuuro	Neljänviljanpuuro	Vehnähiutalepuuro	Riisipuuro
Mustikkakeitto	Paprikalohko	Kananmuna	Hedelmäpala	Juustoviipale	Tuorepala	Vadelmakiisseli
					Kinkkuleikkele	
<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>
Jauhelihapihvi	Veriohukainen	Aurinkovuoren makaronilaatikko	Kalapyörykkä	Lempeä kanakeitto	Sianlihakeitto	Perunasose
Ruskeakastike	Valkokastike	Punakaali-valkokaali- mandariinisalaatti	Peruna	Juustoviipale	Kauden hedelmä	Kalapuikko
Peruna	Peruna		Tillikastike	Ruisvuokaleipä		Kalakastike
Kukkakaali	Puolukkahillo		Porkkanakuutio	Juuresdippi		Kiinankaali- porkkanasalaatti
Coleslaw salaatti	Porkkanaraaste		Jäävuori-paprika- kurkkusalaatti			
<b>Lounas kasvisruoka</b>	<b>Lounas kasvisruoka</b>	<b>Lounas kasvisruoka</b>	<b>Lounas kasvisruoka</b>	<b>Lounas kasvisruoka</b>	<b>Lounas kasvisruoka</b>	<b>Lounas kasvisruoka</b>
Porkkananappi	Kasviskääryle		Kasvis-papukroketti	Kasvis minestronekeitto		
Pinaattikastike						
<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>
Viili	Hedelmärahka	Vaniljakiisseli	Marjapuuro	Pizza pala	Boysenmarjakiisseli	Jäätelö
Sämpylä Kaura	Parsakaali, pala	Marjasekoitus				
Lanttu dippi						
<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>
Italianpata	Kirkas kalakeitto	Nakki	Matruusin liha- perunalaatikko	Kaalijauhelihalaatikko	Perämeren perunalaatikko MERTA	Lihakeitto
	Juusto	Perunasose		Puolukkasurvos	Punajuurisalaatti	Tomaatti lohko

<u>Maanantai</u>	<u>Tiistai</u>	<u>Keskiviikko</u>	<u>Torstai</u>	<u>Perjantai</u>	<u>Lauantai</u>	<u>Sunnuntai</u>
<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>	<b>Aamupala</b>
Mannapuuro	Ruishiutalepuuro	Ohrahiutalepuuro	Kaurahiutalepuuro	Neljänviljanpuuro	Vehnähiutalepuuro	Riisipuuro
Hedelmäkiisseli	Tomaattiviipale	Kananmuna	Hedelmäpala	Juustoviipale	Tuorepala	Vadelmakiisseli
					Kinkkuleikkele	
<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>
Pyttipannu	Lihakeitto	Juustoinen broilerin jauhelihakastike	Pinaattiohukainen	Makkarakeitto	Palapaisti	Lindströmin pihvi
Kurkkuinen salaatti	Tomaatti	Peruna	Perunasose	Rössypottu	Peruna	Kermaperunat
	Juusto	Parsakaali	Vihersalaatti	Ruisvuokaleipä	Uunijuurekset	Ruskeakastike
	Ruispala	Raastekimara	Puolukkahillo	Juusto	Kurkkuviipale	
				Kauden hedelmä		
<b>Lounas kasvisruoka</b>	<b>Lounas kasvisruoka</b>	<b>Lounas kasvisruoka</b>	<b>Lounas kasvisruoka</b>	<b>Lounas kasvisruoka</b>	<b>Lounas kasvisruoka</b>	<b>Lounas kasvisruoka</b>
Kasvispyttipannu	Mifu-kasviskeitto	Härkäpapubolognese		Kasvisnakkikeitto		
<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>	<b>Välipala</b>
Jogurtti	Jogurttijälkiruoka	Mansikkakiisseli	Kaakao	Sekamarjakiisseli	Mangokiisseli	Vadelmahillo
Sämpylä Graham	Hedelmäpala	Kaurapala	Karjalanpiirakka	Kurkkupölkky		Pannukakku
			Juustoviipale			
			Kurkkuviipale			
<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>	<b>Päivällinen</b>
Lohenpyytäjänpaistos	Broilerherkku	Kalakeitto	Lasagnette	Broilerkasviskiusaus	Kala-pastapaistos	Possunliha-kasviskeitto
Punajuuri suikale	Porkkanaraaste	Hedelmäpala		Punakaali-mustaherukkaraaste		Suolakurkkuviipale