

LAUKAAN RUOKAPALVELU

PÄIVÄKOTIEN RUOKALISTA VIIKKO 1 / 6 2023-2024

PÄIVÄ	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA
MA	LUOMU RUISHIUTALE- PUURO M, K - tomaatti - mangosose	POSSUKASTIKE L, K TOFUKASTIKE M, G, K - keitetyt perunat - kaali + ananassalaatti	MANSIKKAKIISSELI M, G, K -paprika
TI	RIISIMUROT M, K - juusto L - omenasose - jääsalaatti	MERELLINEN PASTAVUOKA L, K PUNAJUURI-AURAPASTAVUOKA L, K - herne - kiinankaali + savonan + hunajamelonikuutiosalaatti	VATKATTU MUSTAHERUKKAPUURO M, K -hedelmäpalat
KE	VEHNÄHIUTALE- VELLI L, K - kurkku - hedelmä	PORKKANASOSEKEITTO L, G, K - rouheruisviipale - kalkkunaleikkele - juurespala	MARJAT JA LUONNONJOGURTTI L, G, K -kukkakaali
TO	LUOMU KAURAPUURO M, K - tomaatti - mansikkasose	LIHAPYÖRYKÄT M, K PUNAJUURIPYÖRYKÄT M, G, K - perunasose - jenkki-suikale + tomaattikuutio + kesäkurpitsasuikalesalaatti	RIISIPIIRAKKA L, K MUNALEVITE M, G -hedelmäpalat
PE	RIISIHUUTALE- PUURO L, G, K - kurkku - hedelmä	BROILERIKIUSAUS L, G, K / HÄRKIS-JUURESVUOKA L, G, K - höyrytetty maissi - porkkanaraaste	HEDELMÄSMOOTHIE L, G, K -juurespalat

Tuotteita koskevat tiedot ovat saatavilla pyydettäessä henkilökunnalta.

Aterioilla tarjotaan lisäksi rasvatonta maitoa, piimää, vettä, näkkileipä / pehmeäleipä sekä ravintorasva

Käytämme ruokien valmistuksessa vain suomalaista lihaa

M=maidoton, L= laktoositon, G= gluteeniton, K=kananmunaton

LAUKAAN RUOKAPALVELU

PÄIVÄKOTIEN RUOKALISTA VIIKKO 2 / 6 2023-2024

PÄIVÄ	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA
MA	4-VILJAN-PUURO M, K - tomaatti - leikkele - päärynäsose	BROILERIKEITTO M, G, K TOFU-CURRYKEITTO L, G, K - kaurapalat - jääsalaatti - hedelmäpalat	MUSTAHERUKKA-KIISSELI M, G, K -maissihiutaleet M, K -vesimelonipalat
TI	MANNAJUUREN L, K - mansikkasose - kurkku	UUNIMAKKARA M, G, K KASVISKÄÄRYLEET M, G, K - perunasose L - salaattisekoitus - tomaatti - suolakurkkukuutiot	MANGORAHKA L, G, K -jääsalaatti
KE	LUOMU KAURAJUUREN M, K - vihannes - hedelmä	PINAATTIKEITTO L, K - keitetty kananmuna - ruiseväs - kurkkuviipaleet - siemensekoitus	PORKKANA-GRAHAMPIIRAKKA M, K -hedelmäpalat
TO	RIISIHIUTALE- JUUREN L, G, K -tomaatti -hedelmä	SITRUUNAINEN KALAKASTIKE L, G, K MIFU-KASTIKE L, G, K - keitetyt perunat - punajuurisalaatti L, G - jenkkiuikale	VATKATTU APRIKOOSIJUUREN M, K -kyssäkalipalat
PE	LUOMU RUISSIHIUTALE- JUUREN M, K - kurkku - marjasose	JAUHELIHA- PERUNASOSELAATIKKO M, G, K HÄRKÄPAPU- PERUNASOSELAATIKKO M, G, K -höyrytetty keltaiset porkkanasuikaleet - kiinankaali + mandariinisalaatti	VANILJAVANUKAS L, G, K -mangosose -vihannes

Tuotteita koskevat tiedot ovat saatavilla pyydettäessä henkilökunnalta.

Aterioilla tarjotaan lisäksi rasvatonta maitoa, piimää, vettä, näkkileipä / pehmeäleipä sekä ravintorasva

Käytämme ruokien valmistuksessa vain suomalaista lihaa

M=maidoton, L= laktoositon, G= gluteeniton, K=kananmunaton

LAUKAAN RUOKAPALVELU

PÄIVÄKOTIEN RUOKALISTA VIIKKO 3 / 6 2023-2024

PÄIVÄ	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA
MA	VEHNÄHIUTALE- PUURO M, K -juusto L -persikkasose -tomaatti	KALAKEITTO L, G, K TOMAATTI-LINSSIKEITTO L, G, K - ruiseväs - maksamakkara M, G, K - paprikasuikaleet	MARJAJOGURTTI L, G, K - hedelmäpalat
TI	4-VILJAN VELLI L, K -paprika -hedelmä	PINAATTI- RAEJUUSTONAPPI L, G, K - perunasose L - kasvissalaatti M, G, K - papumix	RUUSUNMARJAKIISSSELI M, G, K -leikkele -vihannes -vesimelonipalat
KE	MAISSIHIUTALEET M, K -jääsalaatti -hedelmä	JAUHELIHA-MAKARONI- VUOKA M, K KASVIS-PASTAVUOKA L, K - höyrytetyt sadonkorjuukasvikset - kaali + punakaali + ananassalaatti	KAURA-RUISSYDÄN M, K -leikkele -vihannes -banaani
TO	LUOMU RUISHIUTALE- VELLI L, K -paprika -hedelmä	TORTILLAT M, K BROILERITÄYTE M, G, K HÄRKISTÄYTE M, G, K - keitetyt perunat - salaattisekoitus + kurkkukuutio - tomaatti - salsakastike - thousand island-kastike	HEDELMÄSALAATTI M, G, K -hapankorppu M, K
PE	LUOMU KAURAPUURO M, K -kurkku -marjasose	LIHAKEITTO M, G, K SIENI-KASVISKEITO M, K - ruisruutu - kurkkuviipaleet - porkkanapalat	VIILIS L, G, K -juurespalat

Tuotteita koskevat tiedot ovat saatavilla pyydettäessä henkilökunnalta.

Aterioilla tarjotaan lisäksi rasvatonta maitoa, piimää, vettä, näkkileipä / pehmeäleipä sekä ravintorasva

Käytämme ruokien valmistuksessa vain suomalaista lihaa

M=maidoton, L= laktoositon, G= gluteeniton, K=kananmunaton

LAUKAAN RUOKAPALVELU

PÄIVÄKOTIEN RUOKALISTA VIIKKO 4 / 6 2023-2024

PÄIVÄ	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA
MA	4-VILJAN PUURO M, K - kurkku - päärynäsose	JAUHELIHAKASTIKE M, K SOIJAROUHEKASTIKE M, G, K - spagetti M, K - jenkki + persikkasalaatti - retiisiraaste	MANSIKKA- RAPARPERIKIISSELI M, G, K -viljamuroke M, K -kurkku
TI	LUOMU KAURAVELLI L, K -tomaatti -hedelmä	KASVISSOSEKEITTO L, G, K - riisipiirakka L, K - kurkkuviipaleet - polar sulatejuusto - siemensekoitus	OHUKAISET L ja MARJAINEN HILLO -juurespalat
KE	LUOMU RUISHIUTALE- PUURO M, K - juusto L - jääsalaatti - persikkasose	LOHIMUREKEPIHVIT M, G, K PORKKANAPIHVIT M, G, K - tillikastike - keitetyt perunat - kiinankaali + savonansalaatti - punajuurikuutiot	GRAHAMPIIRAKKA M, K -hedelmäpalat
TO	MANNAPUURO L, K - kurkku - mansikkasose	VÄRIKÄS BROILERIKASTIKE M, K PAPUSTROGANOFF M, G, K - ohrahelmi - salaattisekoitus - tomaattikuutiot - mustaherukkahillo	PUOLUKKARAHKA L, G, K -jääsalaatti
PE	LUOMU KAURAPUURO M, K - paprika - hedelmä	MAKSALAATIKKO M, G, K HÄRKISPAISTOS L, G, K - perunasose - ruisvuokaviipaleet - porkkanaraaste - puolukkahillo	PERUNARIESKA M, K -kananmuna -vihannes

Tuotteita koskevat tiedot ovat saatavilla pyydettäessä henkilökunnalta.

Aterioilla tarjotaan lisäksi rasvatonta maitoa, piimää, vettä, näkkileipä / pehmeäleipä sekä ravintorasva

Käytämme ruokien valmistuksessa vain suomalaista lihaa

M=maidoton, L= laktoositon, G= gluteeniton, K=kananmunaton

LAUKAAN RUOKAPALVELU

PÄIVÄKOTIEN RUOKALISTA VIIKKO 5 / 6 2023-2024

PÄIVÄ	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA
MA	VEHNÄHIUTALE- PUURO M, K -tomaatti -omenasose	JAUHELIHAKEITTO M, G, K SOIJAROUHEKEITTO M, G, K - ruispyörö M, K - jääsalaatti - hedelmäpalat	MANGOKIISSELI M, G, K -paprika
TI	LUOMU RUISHIUTALE- VELLI L, K - kurkku - hedelmä	LINSSI-LASAGNETTE L, K - höyrytetty porkkanaviipaleet - jenkkisuikale - kurkkusuikale - paprikamix	VATKATTU PUOLUKKAVISPIPUURO M, K -juustoviipaleet -tomaattiviipaleet
KE	LUOMU KAURA- PUURO M, K -jääsalaatti -päärynäsose	NAKKIKASTIKE M, K EGGIE-NAKKIKASTIKE M -keitetyt perunat -coleslaw salaatti L, G	MUSTIKKAVANUKAS L, G, K -hedelmäpalat
TO	OHRAPUURO L, K - maksamakkara M, G, K - kurkku - mansikkasose	JÄRVIKALAPUIKOT L, G KASVISJAUHISPYÖRYKÄT M, G, K - perunasose L - salaattisekoitus - kesäkurpitsasaraaste	MARJAT JA VANILJAKASTIKE L, G, K -hapankorput M, K
PE	RIISIHIUTALE- VELLI L, K - paprika - hedelmä	HÄRKISBOLOGNESE M, G, K - simpukkapasta M, K - rouheruisviipaleet - kiinankaali + paprikakuutiosalaatti - kurpitsasalaatti	JÄÄTELÖ L, G, K -kukkakaali/keräkaalipalat

Tuotteita koskevat tiedot ovat saatavilla pyydetessä henkilökunnalta.

Aterioilla tarjotaan lisäksi rasvatonta maitoa, piimää, vettä, näkkileipä / pehmeäleipä sekä ravintorasva

Käytämme ruokien valmistuksessa vain suomalaista lihaa

M=maidoton, L= laktoositon, G= gluteeniton, K=kananmunaton

LAUKAAN RUOKAPALVELU

PÄIVÄKOTIEN RUOKALISTA VIIKKO 6 / 6

2023-2024

PÄIVÄ	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA
MA	4-VILJANPUURO M, K - paprika - leikkele - persikkasose	TÄYTELÄINEN KANAKEITTO L, G, K PUNAJUURISOSEKEITTO L, G, K - perunarieska - kurkkuviipaleet - juurespalat	MARJAKIISSELI M, G, K -vihannes
TI	LUOMU RUISHIUTALE- PUURO M, K - kananmuna - tomaatti - hedelmä	SADONKORJUUN LIHAPATA M, G, K SADONKORJUUN MIFUPATA M, G, K - keitetyt perunat - jenkkiuikale + omena + patrikakuutiosalaatti	PERSIKKA- MANGOVOIMAJUOMA L, G, K -porkkanapalat
KE	RIISIPUURO L, G, K -kurkku -marjasose	PINAATTIOHUKAISET L - perunasose L - porkkanaraaste - raejuusto L - puolukkahillo	RUUSUNMARJARAHA L, G, K -tomaattiviipaleet
TO	MAISSI- HIUTALEET M, K -jääsalaatti -hedelmä	HERNEKEITTO M, G, K KASVIS-HERNEKEITTO M, G, K - sämpylä - edam-juustoviipaleet L - tomaattiviipale	PANNARI L JA MARJAINEN HILLO -kurkku
PE	LUOMU KAURAHUUTALE- VELLI L, K -vihannes	KIRJOLOHIKUSAUS L, G, K TARHURINPAISTOS L, G, K - lämmin papu-porkkanamix - punajuuri + omenakuutiosalaatti - salaattisekoitus	RUISTASSU M, K -maksamakkara M, G, K -paprika -hedelmäpalat

Tuotteita koskevat tiedot ovat saatavilla pyydettäessä henkilökunnalta.

Aterioilla tarjotaan lisäksi rasvatonta maitoa, piimää, vettä, näkkileipä / pehmeäleipä sekä ravintorasva

Käytämme ruokien valmistuksessa vain suomalaista lihaa

M=maidoton, L= laktoositon, G= gluteeniton, K=kananmunaton