

# LAUKAAN RUOKAPALVELU

PÄIVÄKOTIEN RUOKALISTA VIIKKO 1 / 6 2025-2026

PÄIVÄ	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA
MA	LUOMU RUISHIUTALE- PUURO M, K - tomaatti - mangosose	JAUHELIIHAKASTIKE M, K SOIJAROUHEKASTIKE M, G, K - keitetyt perunat - salaattisekoitus + persikkasalaatti	MANSIKKAKIISSSELI M, G, K -kurkkuviipaleet
TI	RIISIMUROT M, K - juusto L - jääsalaatti	KAURAHELMIPUURO L, G, K - mustikkakiisseli M, G, K - rouheruisviipaleet M, K - kalkkunaleikkele M, G, K - juurespala	PORKKANAOHUKAISET L ja -puolukkahillo M, G, K -juurespalat
KE	LUOMU KAURAPUURO M, K - kurkku - hedelmä	MERELLINEN PASTAVUOKA L, K PUNAJUURI-AURAPASTAVUOKA L, K - herneet - kaali + punakaali + kurpitsa- pikkelssisalaatti	SÄMPYLÄ M, K -edam-juustoviipaleet -kurkkuviipaleet
TO	VEHNÄHIUTALE- VELLI L, K - tomaatti - mansikkasose	LIHAPYÖRYKÄT M, K PINAATTI-RAEJUUSTONAPPI L, G, K - perunasose L, G - porkkanaraaste	HEDELMÄSMOOTHIE L, G, K -juurespalat
PE	RIISIHUUTALE- PUURO L, G, K - kurkku - hedelmä	BROILERIKEITTO M, G, K TOFU-CURRYKEITTO L, G, K - kaurapalat M, K - jääsalaatti - hedelmäpalat	RIISIPIIRAKKA L, K MUNALEVITE M, G -hedelmäpalat

## 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 2 / 6 2025-2026

PÄIVÄ	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA
MA	4-VILJANPUURO M, K - tomaatti - päärynäsose	PASTA- BOLOGNESEPAISTOS M, K PERUNA-KAURAJAUHISVUOKA L, G, K - höyrytettyt porkkanaviipaleet - kaali-ananassalaatti	RUUSUNMARJAKIISSSELI M, G, K -leikkele -vihannes
TI	MANNAPUURO L, K - mansikkasose - kurkkuviipaleet	UUNIMAKKARA M, G, K KASVIS-PAPUKROKETIT M, G, K - perunasose L, G - salaattisekoitus + tomaatti	MANGORAHKA L, G, K -jääsalaatti
KE	LUOMU KAURAPUURO M, K - vihannes - hedelmä	BROILERIKIUSAUS L, G, K / JAUHIS-JUURESVUOKA L, G, K - höyrytetty maissi - porkkanaraaste	MARJAT JA LUONNONJO- GURTTI L, G, K -hapankorput M, K
TO	RIISIHIUTALE- PUURO L, G, K -tomaatti -hedelmä	SITRUUNAINEN KALAKASTIKE L, G, K MIFUKASTIKE L, G, K - keitetyt perunat - jäävuorisalaatti + kesäkurpitsasalaatti - punajuurikuutiot	MUSTIKKATUOREPUURO L, K -tomaattiviipaleet
PE	LUOMU RUISHIUTALE- PUURO M, K - kurkku - marjasose	KASVISSOSEKEITTO L, G, K - riisipiirakka L, K - keitetty kananmuna - kurkkuviipaleet - siemensekoitus	KAAKAO L, G, K KAURATASSU M, K -leikkele -kyssäkaalipalat

**Tuotteita koskevat tiedot ovat saatavilla pyydettyäessä henkilökunnalta.**

Aterioilla tarjotaan lisäksi rasvatonta maitoa, paimää, 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 2025-2026

PÄIVÄ	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA
MA	VEHNÄHIUTALE- PUURO M, K -edam-juustoviipaleet L -tomaatti	JAUHELIHAKEITTO M, G, K JAUHISKEITTO M, G, K - rouheruisviipaleet M, K - polar sulatejuusto L, G, K - kurkkuviipaleet - hedelmäpalat	PERSIKKA- MANGOVOIMAJUOMA L, G, K -porkkanapalat
TI	4-VILJANVELLI L, K -paprika -hedelmä	PORKKANAPIHVIT M, G, K - perunasose L, G - jäävuorisalaatti - tomaatti - herne	VANILJAVANUKAS L, G, K -vihannes
KE	MAISSIHIUTALEET M, K -jääsalaatti -hedelmä	JAUHELIHA-MAKARONI- VUOKA M, K SOIJAROUHE- MAKARONIVUOKA M, K - höyrytetyt sadonkorjuukasvikset - kaali + porkkana + ananassalaatti	KASVISLAUTANEN M, G, K DIPPIKASTIKE L, G, K -edam juustoviipaleet
TO	LUOMU RUISHIUTALE- VELLI L, K -paprika -hedelmä	TORTILLAT M, K BROILERITÄYTE M, G, K HÄRKISTÄYTE M, G, K - salaattisekoitus + kurkku + tomaattisalaatti - punasipuli - salsakastike - thousand island-kastike	HEDELMÄSALAATTI M, G, K -hapankorppu M, K
PE	LUOMU KAURAPUURO M, K -kurkkuviipaleet -marjasose	KALAKEITTO L, G, K TOMAATTI-LINSSIKEITTO L, G, K - ruiseväs M, K - maksamakkara M, G, K - paprikasuikaleet	METSÄMARJA JOGURTTI L, G, K -juurespalat

**Tuotteita koskevat tiedot ovat saatavilla pyydetessä henkilökunnalta.**

Aterioilla tarjotaan lisäksi rasvatonta maitoa, paimää, 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 2025-2026

PÄIVÄ	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA
MA	LUOMU KAURAHUUTALE- VELLI L, K -tomaatti -hedelmä	JAUHELIHAKASTIKE M, K SOIJAROUHEKASTIKE M, G, K - keitetty spagetti M, K - jäävuorisalaatti + persikkasalaatti	MANSIKKA- RAPARPERIKIISSELI M, G, K -viljamuroke M, K -kurkkuviipaleet
TI	4-VILJAN PUURO M, K - paprika - päärynäsose	PINAATTIOHUKAISET L - perunasose L, G - porkkanaraaste - puolukkahillo	ANANASTUORE- PUURO L, K -tomaattiviipaleet
KE	LUOMU RUISHUUTALE- PUURO M, K - juusto L - jääsalaatti - persikkasose	KANAKASTIKE L, K PAPUSTROGANOFF M, G, K - höyrytetty kaurahelmi M, G, K - jäävuorisalaatti + ananas + hernesalaatti - mustaherukkahillo	PUOLUKKARAHKA L, G, K -hedelmäpalat
TO	MANNAPUURO L, K - kurkkuviipaleet - mansikkasose	KALAKIUSAUS L, G, K TARHURINPAISTOS L, G, K - höyrytetty papu-porkkanamix - punajuurikuutiot - salaattisekoitus	KUNINGATAR- KIISSELI M, G, K -maissihiutaleet M, K -vesimelonipalat
PE	RIISIMUROT M, K - paprika - hedelmä	OHRAPUURO L, K - marjakiisseli M, G, K - ruiseväs M, K - saunapalvikinkkuviipaleet M, G, K - kurkkuviipaleet	KAURA-RUISSYDÄN M, K -kananmuna -vihannes

## Tuotteita koskevat tiedot ovat saatavilla pyydettyessä henkilökunnalta.

Aterioilla tarjotaan lisäksi rasvatonta maitoa, paimää, 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 2025-2026

PÄIVÄ	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA
MA	VEHNÄHIUTALE- PUURO M, K -tomaatti -omenasose	NAKKIKASTIKE M, K MEEAT-NAKKIKASTIKE M, K - keitetyt perunat - kaali + punakaali + ananassalaatti	MANGOKIISSELI M, G, K -paprikasuikaleet
TI	LUOMU RUISHIUTALE- VELLI L, K - kurkkuviipaleet - hedelmä	KASVISSOSEKEITTO L, G, K - raejuusto L - ruisruutu M, K - jääsalaatti - hedelmäpalat	MUSTIKKAVANUKAS L, G, K -juurespalat
KE	LUOMU KAURA- PUURO M, K -jääsalaatti - hedelmä	KANAPASTA L, K KASVISPASTAVUOKA L, K - jäävuori + paprikamixsalaatti	MARJAT JA LUONNONJOGURTTI L, G, K -kukkakaalipalat
TO	OHRAPUURO L, K - maksamakkara M, G, K - kurkku	KALAPUIKOT M, K KASVISKEPUKAT M, G, K - perunasose L - punajuurisalaatti L, G - salaattisekoitus	GRAHAMPIIRAKKA M, K -hedelmäpalat
PE	RIISIHIUTALE- VELLI L, K - paprika - hedelmä	HÄRKISBOLOGNESE M, G, K - kolmenväripasta M, K - rouheruisviipaleet M, K - porkkanaraaste	JÄÄTELÖ L, G, K -banaanipalat

**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 6 / 6 2025-2026

PÄIVÄ	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA
MA	4-VILJANPUURO M, K - paprika - persikkasose	TÄYTELÄINEN KANAKEITTO L, G, K TÄYTELÄINEN KASVISKEITTO L, G, K - ruispyörö M, K - kurkkuviipaleet	MARJAKIISSELI M, G, K -vihannes
TI	LUOMU RUISHIUTALE- PUURO M, K - kananmuna - hedelmä	JAUHELIHA- KASVISKASTIKE M, K TOMAATTI-LINSSIKASTIKE L, K - keitetyt perunat - jäävuorisalaatti + omena + paprikasalaatti	VATKATTU APRIKOOSIPUURO M, K - hedelmäpalat
KE	RIISIPUURO L, G, K -kurkkuviipaleet -marjasose	LINSSI-LASAGNETTE M, K - höyrytetty maissi - porkkanaraaste	HOT DOG M, K -juurespalat
TO	MAISSI- HIUTALEET M, K -jääsalaatti -hedelmä	HERNEKEITTO M, G, K SOIJAROUHE-HERNEKEITTO M, G, K - ruiseväs M, K - edam-juustoviipaleet L - tomaattiviiipaleet	PANNARI L JA MARJAINEN HILLO -kurkkuviipaleet
PE	LUOMU KAURAHUUTALE- VELLI L, K -vihannes	LOHIMUREKEPIHVIT M, G, K TALON KASVISPIHVIT L, G, K - keitetyt perunat - kermaviilikastike L, G - jäävuorissalaatti + kesäkurpitsasalaatti - punajuuriviipaleet	RUISTASSU M, K -maksamakkara M, G, K -paprikasuikaleet

**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**