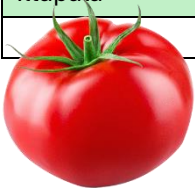


Päiväkotien ruokalista 2025

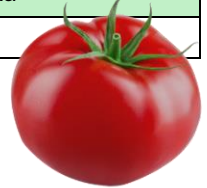


Vko 1 (Vkot 10, 15, 20, 25, 30, 35, 40, 45, 50)

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala
Kaurapuuro	Ruishiutalepuuro Juustosiivu	Vehnähiutalepuuro Leikkelesiivu	4-viljanpuuro Kananmunaviipale	Orahiutalepuuro Mehukeitto	Puolukkatuorepuuro	Viili/jogurtti Marjasose
Aamupalaan kuuluu lisäksi tuore vihannes/hedelmä, täysjyväleipä, ravintorasva ja juoma.						
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Broilerikastike Täysjyväriisi Lämmin tai kylmä kasvis Salaatti	Uunimakkara Perunasose Ketsuppi ja sinappi Lämmin tai kylmä kasvis Salaatti	Järvikalakiusaus ”0” Kirjolohikiusaus ”5” Lämmin kasvis Salaatti	Kanakeitto Sämpylä Tuorepala: vihannes	Liha- makaronilaatikko / Spagettipaistos Lämmin kasvis Salaatti	Kasviskiusaus Salaatti	Välimerellinen uunikala Perunasose Lämmin kasvis
Lounaaseen kuuluu lisäksi salaatin kanssa salaatinkastike, täysjyväleipä, ravintorasva ja juoma.						
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
Persikka- mangokiisseli	Mansikka- mustaherukkakiisseli	Mustikkapiimä- vanukas	Omena- tai marja- kaura-paistos ja vaniljakastike	Suklaavanukas	Marjarahka	Marjakiisseli
Välipalaan kuuluu lisäksi tuore vihannes/hedelmä/marjat, täysjyväleipä, ravintorasva ja juoma.						
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Perunavelli Kananmuna Sämpylä Tuorepala; vihannes	Porkkana- linssisosekeitto Tuorepala: vihannes	Kaalikeitto Tuorepala; hedelmä	Maksalaatikko Puolukkasurvos Salaatti	Kahden kalan keitto Tuorepala; vihannes	Jauheliha-juurespata Tuorepala vihannes	Riisipuuro Leikkele Tuorepala: vihannes
Päivälliseen kuuluu lisäksi salaatin kanssa salaatinkastike, täysjyväleipä, ravintorasva ja juoma.						
Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala
Iltaapala: Viili/jogurtti tai kiisseli/mehukeitto ja murot, tuore vihannes/hedelmä, täysjyväleipä, ravintorasva ja juoma.						



Kysy allergeenitietoja tarvittaessa keittiöstä. Käytämme suomalaista lihaa. Äkilliset muutokset mahdollisia.
Järvi-Saimaan Palvelut Oy /Ateria- ja puhtauspalvelut



Päiväkotien ruokalista 2025

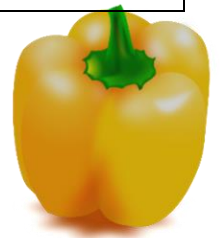


Vko 2 (Vkot 11, 16, 21, 26, 31, 36, 41, 46, 51)

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala
4-viljan puuro	Ohrahiutalepuuro Mehukeitto Leikkelesiivu	Kaurapuuro Juustosiivu	Ruishiutalepuuro Kananmunaviipale	Vehnähiutalepuuro	Mansikkatuorepuuro Juustosiivu	Viili / jogurtti Hedelmä Kaurasämpylä
Aamupalaan kuuluu lisäksi tuore vihannes/hedelmä, täysjyväleipä, ravintorasva ja juoma.						
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Sweetchili- possukastike Täysjyväriisi Salaatti	Tonnikalapastavuoka Lämmin kasvis Salaatti	Kasvispyörökät Keitetyt perunat Kermaviilikastike Salaatti	Hernekeitto Sämpylä Tuorepala: vihannes	Broilerikiusaus Lämmin kasvis Salaatti	Savulohikiusaus Salaatti	Jauhelihapihvit Ruskea kastike Perunasose Lämmin kasvis Puolukkahillo
Lounaaseen kuuluu lisäksi salaatin kanssa salaatinkastike, täysjyväleipä, ravintorasva ja juoma.						
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
Trooppinen hedelmäkiisseli	Kuningatarkiisseli Kaakao	Hedelmärahka	Ohukaiset ja marjahillo	Täysjyvämurot Sekamarjakiisseli	Jäätelö	Herukkakiisseli
Välipalaan kuuluu lisäksi tuore vihannes/hedelmä/marjat, täysjyväleipä, ravintorasva ja juoma.						
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Jauhiskeitto Tuorepala: vihannes	Mannapuuro Marjakeitto Tuorepala: hedelmä	Moussaka Salaatti	Juustoinen kasvislaatikko Salaatti	Porkkanasosekeitto Raejuusto Tuorepala: vihannes	Siskonmakkarakeitto Tuorepala: vihannes	Broilerikeitto Tuorepala: vihannes
Päivälliseen kuuluu lisäksi salaatin kanssa salaatinkastike, täysjyväleipä, ravintorasva ja juoma.						
Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala
Iltaapala: Viili/jogurtti tai kiisseli/mehukeitto ja murot, tuore vihannes/hedelmä, täysjyväleipä, ravintorasva ja juoma.						



Kysy allergeenitietoja tarvittaessa keittiöstä. Käytämme suomalaista lihaa. Äkilliset muutokset mahdollisia.
Järvi-Saimaan Palvelut Oy /Ateria- ja puhtauspalvelut



Päiväkotien ruokalista 2025



Vko 3 (Vkot 12, 17, 22, 27, 32, 37, 42, 47, 52)

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala
Kaurapuuro Leikkelesiivu	Ohrahiutalepuuro Mehukeitto	Vehnähiutalepuuro Juustosiivu	4-viljan puuro Kananmunaviipale	Ruishiutalepuuro	Mustikkatuorepuuro Juustosiivu	Viili/jogurtti, Marjasekoitus
Aamupalaan kuuluu lisäksi tuore vihannes/hedelmä, täysjyväleipä, ravintorasva ja juoma.						
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Bolognesekastike Spagetti Lämmin tai kylmä kasvis Salaatti	Aurinkoinen kasvissosekeitto Juustosiivu Tuorepala: vihannes	Kalastajan pyörkät / Joka pojan kalapuikot ”2” Järvikalapihvit ”7” Perunasose Salaatti	Värikäs broileripata Täysjyväriisi Lämmin kasvis Salaatti	Texmex-jauheliha- perunalaatikko Lämmin tai kylmä kasvis Salaatti	Aurinkoinen uunikala ”2” Koskenlaskijan uunikala ”7” Perunat Salaatti	Karjalanpaisti ”2” Liha-kasvispata ”7” Perunasose Lämmin kasvis ”2” Tuorepala: vihannes ”7”
Lounaaseen kuuluu lisäksi salaatin kanssa salaatinkastike, täysjyväleipä, ravintorasva ja juoma.						
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
Persikkakiisseli	Vatkattu mustaherukkapuuro	Kuutamokiisseli ja marjase/hillo	Kasvistikut ja dippi	Marjajogurtti	Marjakiisseli	Aurinkokiisseli
Välipalaan kuuluu lisäksi tuore vihannes/hedelmä/marjat, täysjyväleipä, ravintorasva ja juoma.						
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Juustoinen kalakeitto Tuorepala: vihannes	Peruna- makkaravuoka Salaatti	Kasviskiusaus Raejuusto Tuorepala: hedelmä	Jauhelihakeitto Tuorepala: vihannes	Mifu-juureskeitto Tuorepala: vihannes	Broilerikeitto Tuorepala: hedelmä	Riisipuuro Tuorepala: vihannes
Päivälliseen kuuluu lisäksi salaatin kanssa salaatinkastike, täysjyväleipä, ravintorasva ja juoma.						
Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala
Iltaapala: Viili/jogurtti tai kiisseli/mehukeitto ja murot, tuore vihannes/hedelmä, täysjyväleipä, ravintorasva ja juoma.						



Kysy allergeenitietoja tarvittaessa keittiöstä. Käytämme suomalaista lihaa. Äkilliset muutokset mahdollisia.
Järvi-Saimaan Palvelut Oy /Ateria- ja puhtauspalvelut

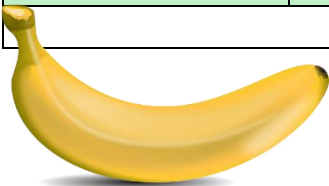


Päiväkotien ruokalista 2025

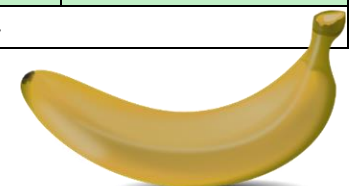


Vko 4 (Vkot 13, 18, 23, 28, 33, 38, 43, 48)

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala
Vehnähiutalepuuro	4-viljan puuro Leikkelesiivu	Ruishiutalepuuro	Kaurapuuro Kananmunaviipale	Ohrahiutalepuuro Mehukeitto Juustosiivu	Vadelmatuorepuuro	Jogurtti Riisipiirakka Tuorepala: hedelmä
Aamupalaan kuuluu lisäksi tuore vihannes/hedelmä, täysjyväleipä, ravintorasva ja juoma.						
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Palvilapakastike Kierrepasta Lämmin kasvis Salaatti	Pinaattiohukaiset "3" Kasvispihvit "8" Perunat Valkokastike Puolukkahillo Salaatti Ruokaisa juusto- pastasalaatti	Kermanen kalakeitto Tuorepala: hedelmä	Lihapyörökät Perunat Tomaattinen kastike Salaatti	Broileripastavuoka Salaatti	Merimieslaatikko Puolukat Salaatti	Lohimurekepihvi Kermaviilikastike Perunasose Lämmin kasvis
Lounaaseen kuuluu lisäksi salaatin kanssa salaatinkastike, täysjyväleipä, ravintorasva ja juoma.						
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
Ruusunmarjakiisseli	Mansikka- raparperikiisseli	Puolukkavispipuuro	Jogurttinen marjarahka	Viilis Täysjyväsämpylä	Mustikka- mustaherukkakiisseli	Omena-kanelikiisseli
Välipalaan kuuluu lisäksi tuore vihannes/hedelmä/marjat, täysjyväleipä, ravintorasva ja juoma.						
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Kana- perunasosevuoka Tuorepala: vihannes	Lihakeitto Tuorepala: hedelmä	Kasviskaalilaatikko Salaatti	Lohikiusaus Tuorepala: vihannes	Mannapuuro Marjakeitto Tuorepala: vihannes	Kukkakaali- sosekeitto Perunarieska Tuorepala: vihannes	Broilerijauheliha- keitto Tuorepala: vihannes
Päivälliseen kuuluu lisäksi salaatin kanssa salaatinkastike, täysjyväleipä, ravintorasva ja juoma.						
Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala
Iltaapala: Viili/jogurtti tai kiisseli/mehukeitto ja murot, tuore vihannes/hedelmä, täysjyväleipä, ravintorasva ja juoma.						



Kysy allergeenitietoja tarvittaessa keittiöstä. Käytämme suomalaista lihaa. Äkilliset muutokset mahdollisia.
Järvi-Saimaan Palvelut Oy /Ateria- ja puhtauspalvelut

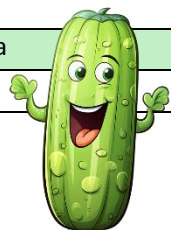


Päiväkotien ruokalista 2025



Vko 5 (Vkot 14, 19, 24, 29, 34, 39, 44, 49)

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala
Kaurapuuro	Ohrahiutalepuuro Mehukeitto Leikkelesiivu	Ruishiutalepuuro Juustosiivu	Vehnähiutalepuuro Kananmunaviipale	4-viljan puuro	Sekamarjatuore- puuro Juustosiivu	Jogurtti Sämpylä
Aamupalaan kuuluu lisäksi tuore vihannes/hedelmä, täysjyväleipä, ravintorasva ja juoma.						
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Makkarakastike ”4” Nakkikastike ”9” Perunat Lämmin tai kylmä kasvis Salaatti	Juustoinen mifukastike Täysjyväriisi Lämmin kasvis Salaatti	Sitruunainen uunikala Perunat Lämmin kasvis Salaatti	Keittiön toteutus/ Toiveruokapäivä Salaatti/tuorepala	Palvikiusaus Lämmin kasvis Salaatti	Jauheliha- pekoniviipalelaatikko Salaatti	Kalamurekepihvit Tillikastike Perunamuusi Lämmin kasvis
Lounaaseen kuuluu lisäksi salaatin kanssa salaatinkastike, täysjyväleipä, ravintorasva ja juoma.						
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
Mansikkakiisseli	Karjalanpiirakka, munalevite	Suklaakiisseli	Keittiön toteutus / Toivevälipala	Hedelmäjogurtti	Mustikkakiisseli	Tyrni-omenakiisseli
Välipalaan kuuluu lisäksi tuore vihannes/hedelmä/marjat, täysjyväleipä, ravintorasva ja juoma.						
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Jauhis- perunasosevuoka Tuorepala: vihannes	Väliherellinen kana- kasviskuisaus Tuorepala: hedelmä	Purjo- perunasosekeitto Sämpylä Tuorepala: vihannes	Keittiön toteutus / Toiveruokapäivä	Kirkaslieminen kasvis- seikeitto Tuorepala: hedelmä	Riisi-kauralesepuuro Tuorepala: vihannes	Jauhelihakeitto Tuorepala: vihannes
Päivälliseen kuuluu lisäksi salaatin kanssa salaatinkastike, täysjyväleipä, ravintorasva ja juoma.						
Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala	Iltaapala
Iltaapala: Viili/jogurtti tai kiisseli/mehukeitto ja murot, tuore vihannes/hedelmä, täysjyväleipä, ravintorasva ja juoma.						



Kysy allergeenitietoja tarvittaessa keittiöstä. Käytämme suomalaista lihaa. Äkilliset muutokset mahdollisia.
Järvi-Saimaan Palvelut Oy /Ateria- ja puhtauspalvelut

