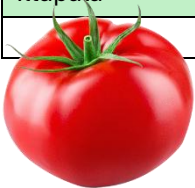


Päiväkotien ruokalista 2026

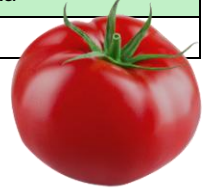


Vko 1 (Vkot 3, 8, 13, 18, 23, 28, 33, 38, 43, 48, 53)

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala
Kaurapuuro	Ruishiutalepuuro Juustosiivu	Vehnähiutalepuuro Leikkelesiivu	Täysjyvämurot Maito/mehukeitto	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 ”3” Kirjolohikiusaus ”8” Lämmin kasvis Salaatti	Puuro, mehukeitto, Perunarieska Kananmunalevite Tuorepala: vihannes	Liha-makaronilaa- tikko ”3” Spagettipaistos ”8” 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	Kasviskeitto 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 (Päivitetty 16.12.2025)

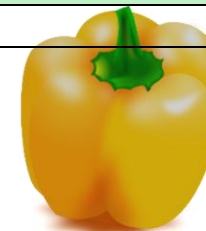
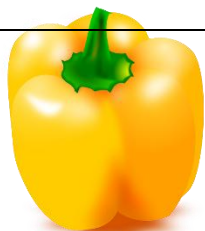


Päiväkotien ruokalista 2026



Vko 2 (Vkot 4, 9, 14, 19, 24, 29, 34, 39, 44, 49)

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
Bolognesekastike Spagetti/perunat Salaatti	Tonnikalapastavuoka Lämmin kasvis Salaatti	Kasvispyörökät Perunat Kermaviilikastike Salaatti	Hernekeitto Sämpylä Tuorepala: vihannes	Broilerikiusaus Lämmin kasvis Salaatti	Savulohikiusaus Salaatti	Jauhelihipihvit 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
Juustoinen kalakeitto Tuorepala: vihannes	Mannapuuro Marjakeitto Tuorepala: hedelmä	Moussaka Salaatti	Kasvislaatikko Salaatti	Porkkanasosekeitto Raejuusto Tuorepala: vihannes	Siskonmakkarakeitto Tuorepala: vihannes	Kookos-kanakeitto 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 (Päivitetty 16.12.2025)

Päiväkotien ruokalista 2026



Vko 3 (Vkot 5, 10, 15, 20, 25, 30, 35, 40, 45, 50)

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
Sweet chili possukastike Riisi / peruna Lämmin tai kylmä kasvis Salaatti	Aurinkoinen kasvissosekeitto Kaurainen sämpylä Juustosiivu Tuorepala: vihannes	Kalapuikot Perunasose Salaatti	Värikäs broileripata Täysjyväriisi Lämmin kasvis Salaatti	Texmex-jauheliha- perunalaatikko Lämmin tai kylmä kasvis Salaatti	Aurinkoinen uunikala ”5” Koskenlaskijan uunikala ”0” Perunat Salaatti	Karjalanpaisti ”5” Liha-kasvispata ”0” Perunasose Lämmin kasvis ”5” Tuorepala: vihannes ”0”
Lounaaseen kuuluu lisäksi salaatin kanssa salaatinkastike, täysjyväleipä, ravintorasva ja juoma.						
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
Trooppinen hedelmäkiisseli	Vatkattu mustaherukkapuuro	Kuutamokiisseli ja marjasose/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	Aurinkoinen kasvissosekeitto Tuorepala: vihannes	Jauhis-keitto 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.						

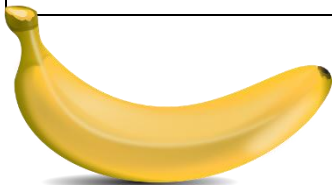


Kysy allergeenitietoja tarvittaessa keittiöstä. Käytämme suomalaista lihaa. Äkilliset muutokset mahdollisia.
Järvi-Saimaan Palvelut Oy /Ateria- ja puhtauspalvelut (Päivitetty 16.12.2025)

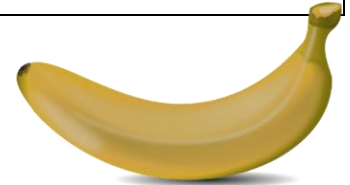


Päiväkotien ruokalista 2026
Vko 4 (Vkot 1, 6, 11, 16, 21, 26, 31, 36,41, 46, 51)

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
Palvilapa- juustokastikekastike Kierrepasta Lämmin kasvis Salaatti	Pinaattiohukaiset Perunat Valkokastike Puolukkahillo Salaatti Ruokaisa juusto- pastasalaatti	Kermainen kalakeitto Tuorepala: hedelmä	Lihapyörykät 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- mustaherukkiisseli	Omena-kanelikiisseli
Välipalaan kuuluu lisäksi tuore vihannes/hedelmä/marjat, täysjyväleipä, ravintorasva ja juoma.						
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Kana- perunasosevuoka Salaatti	Lihakeitto Tuorepala: vihannes	Kasviskaalilaatikko Salaatti	Lohikiusaus Tuorepala: vihannes	Mannapuuro Marjakeitto Tuorepala: vihannes	Kukkakaali-osekeitto 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 (Päivitetty 16.12.2025)

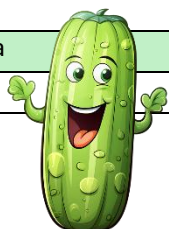


Päiväkotien ruokalista 2026



Vko 5 (Vkot 2, 7, 12, 17, 22, 27, 32, 37, 42, 47, 52)

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 "2" Nakkikastike "7" Perunat Lämmin tai kylmä kasvis Salaatti	Kasvislasagnette Lämmin kasvis Salaatti	Sitruunainen uunikala Perunat Lämmin kasvis Salaatti	Keittiön toteutus/ Toiveruokapäivä Salaatti/tuorepala	Palvikiusaus 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
Jauhismuru- perunasosevuoka Tuorepala: vihannes	Savolaisukon keitto Tuorepala: hedelmä	Purjo- perunasosekeitto Sämpylä Tuorepala: vihannes	Keittiön toteutus / Toiveruokapäivä	Kalakeitto Tuorepala: hedelmä	Riisi-kauralesepuuro Tuorepala: vihannes	Jauheliha- 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 mure, tuore vihannes/hedelmä, täysjyväleipä, ravintorasva ja juoma.						



Kysy allergeenitietoja tarvittaessa keittiöstä. Käytämme suomalaista lihaa. Äkilliset muutokset mahdollisia.
Järvi-Saimaan Palvelut Oy /Ateria- ja puhtauspalvelut (Päivitetty 16.12.2025)

