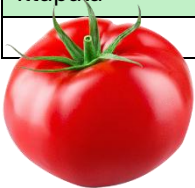


Päiväkotien ruokalista 2026

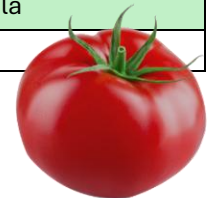


Vko 1 (Vkot 3,8,13,18,23,28,33,38,43,48,53)

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala
Kaurapuuro	Ruishiutalepuuro Juustosiivut	Vehnähiutalepuuro Leikkelesiivu	Täysjyvämurot Maito	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	Kirjolohikiusaus Lämmin kasvis Salaatti	Puuro, mehukeitto, Perunarieska Kananmunalevite Tuorepala: vihannes	Liha- makaronilaatikko "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.						
Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala
Iltapala: 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 1.6.2026)

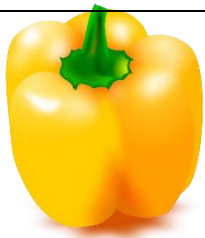


Päiväkotien ruokalista 2026

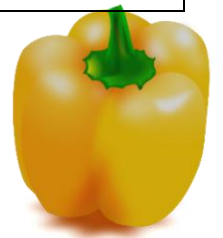


Vko 2 (Vkot 4,9,14,19,24,29,34,39,44,49)

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala
4-viljan puuro	Ohrahiutalepuuro Mehukeitto Leikkelesiivut	Kaurapuuro Persikkasose Juustosiivut	Ruishiutalepuuro Kananmunaviipaleet	Vehnähiutalepuuro	Mansikkatuorepuuro Juustosiivut	Viili / jogurtti Hedelmäsose Kaurasämpylä
Aamupalaan kuuluu lisäksi tuore vihannes/hedelmä, täysjyväleipä, ravintorasva ja juoma.						
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Bolognesekastike Spagetti Lämmin kasvis Salaatti	Tonnikalapastavuoka Lämmin kasvis Salaatti	Kasvispyörökät Keitetyt perunat Kermaviilikastike Salaatti	Hernekeitto Ruisleipä 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
Persikkakiisseli	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	Juustoinen kasvislaatikko Salaatti	Porkkanasosekeitto Raejuusto Tuorepala: vihannes	Makkara-keitto Tuorepala: vihannes	Kookos-kanakeitto Tuorepala: vihannes
Päivälliseen kuuluu lisäksi salaatin kanssa salaatinkastike, täysjyväleipä, ravintorasva ja juoma.						
Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala
Iltapala: 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 1.6.2026)



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 Mangosose Leikkelesiivut	Ohrahiutalepuuro Mehukeitto	Vehnähiutalepuuro Juustosiivut	4-viljan puuro Pakastemarjat Kananmunaviipaleet	Ruishiutalepuuro	Mustikkatuorepuuro Juustosiivut	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 Lämmin kasvis Salaatti	Värikäs broileripata/hedelmä nen broilerikastike Täysjyväriisi Lämmin kasvis Salaatti	Texmex-jauheliha- perunalaatikko Lämmin tai kylmä kasvis Salaatti	Aurinkoinen uunikala ”5” Koskenlaskijan uunikala ”10” Perunat Salaatti	Karjalanpaisti ”5” Liha-kasvispata ”10” Perunasose Lämmin kasvis ”5” Tuorepala: vihannes ”10”
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 kasvissose keitto Tuorepala: vihannes	Peruna- makkaravuoka Salaatti	Kasviskuisaus Raejuusto Tuorepala: hedelmä	Bataattisosekeitto Tuorepala: vihannes	Jauhiskeitto Tuorepala: vihannes	Broilerikeitto Tuorepala: hedelmä	Riisipuuro Tuorepala: vihannes
Päivälliseen kuuluu lisäksi salaatin kanssa salaatinkastike, täysjyväleipä, ravintorasva ja juoma.						
Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala
Iltapala: Viili/jogurtti tai kiisseli/mehukeitto ja murettu, 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 1.6.2026)



Päiväkotien ruokalista 2026



Vko 4 (Vkot 1,6,11,16,21,26,34,36,36,41,46,51)

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala
Vehnähiutalepuuro	4-viljan puuro Leikkelesiivut	Ruishiutalepuuro	Kaurapuuro Kananmunaviipaleet	Ohrahiutalepuuro Mehukeitto Juustosiivut	Vadelmatuorepuuro	Jogurtti Riisipiirakka Tuorepala: hedelmä
Aamupalaan kuuluu lisäksi tuore vihannes/hedelmä, täysjyväleipä, ravintorasva ja juoma.						
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Palvarin kastike Kierrepasta Lämmin kasvis Salaatti	Pinaattiohukaiset Perunat Valkokastike Puolukkahillo Salaatti kinkku-pastasalaatti	Kermanen kalakeitto Ruisleipä Tuorepala: hedelmä	Lihapyörökät Perunat Tomaattinen kastike Salaatti	Broileripastavuoka Salaatti	Merimieslaatikko Puolukat Salaatti	Seitä sinappikastikkeessa 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	Jauheliha- perunalaatikko Salaatti	Lohikiusaus Tuorepala: vihannes	Mannapuuro Marjakeitto Tuorepala: vihannes	Punajuurisosekeitto Munariisipasteija Tuorepala: vihannes	Broilerijauheliha Tuorepala: vihannes
Päivälliseen kuuluu lisäksi salaatin kanssa salaatinkastike, täysjyväleipä, ravintorasva ja juoma.						
Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala	Iltapala
Iltapala: Viili/jogurtti tai kiisseli/mehukeitto ja murt, 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 1.6.2026)

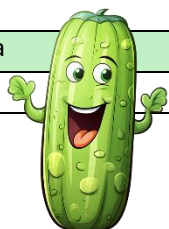


Päiväkotien ruokalista 2026



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 Persikkasose	Ohrahiutalepuuro Mehukeitto Leikkelesiivut	Ruishiutalepuuro Juustosiivut	Vehnähiutalepuuro Kananmunaviipaleet	4-viljan puuro	Sekamarjatuore- puuro Juustosiivut	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	<u>Keittiön toteutus / Toiveruokapäivä</u> <u>Salaatti/tuorepala</u>	Palvarin kiusaus Lämmin kasvis Salaatti	Jauheliha- pekoniviipalelaatikko Salaatti	Lohimurekepihvit 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	Savolaisukon keitto Tuorepala: hedelmä	Purjo- perunasosekeitto Sämpylä Tuorepala: vihannes	<u>Keittiön toteutus / Toiveruokapäivä</u>	Kalakeitto Tuorepala: hedelmä	Riisi-kauralesepuuro Tuorepala: vihannes	Jauheliha-keitto Tuorepala: vihannes
Päivälliseen kuuluu lisäksi salaatin kanssa salaatinkastike, täysjyväleipä, ravintorasva ja juoma.						
Illtapala	Illtapala	Illtapala	Illtapala	Illtapala	Illtapala	Illtapala
Illtapala: Viili/jogurtti tai kiisseli/mehukeitto ja mureet, 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 1.6.2026)

