

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 Hedelmäsose	Täysjyvämurot Maito Leikkele	Orahiutalepuuro Mehukeitto	Puolukkatuorepuuro	Viili/jogurtti Marjasose
Aamupalaan kuuluu lisäksi tuore vihannes/hedelmä, täysjyväleipä, ravintorasva ja juoma.						
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Butter chicken Täysjyväriisi Lämmin tai kylmä kasvis Salaatti	Kirjolohikiusaus Lämmin kasvis Salaatti	Uunimakkara Perunasose Ketsuppi ja sinappi Lämmin tai kylmä kasvis Salaatti	Kasviskeitto Sämpylä Tuorepala: vihannes	Jauheliha- makaronilaatikko Lämmin kasvis Salaatti	Kasviskiusaus Salaatti	Väliimerellinen 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-kaurapaistos Vaniljakastike	Ananaskiisseli	Marjarahka	Marjakiisseli
Välipalaan kuuluu lisäksi tuore vihannes/hedelmä/marjat, täysjyväleipä, ravintorasva ja juoma.						
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
Jauhismuru- perunasosevuoka Tuorepala; vihannes	Porkkanasosekeitto Raejuusto 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 2.7.2026)



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	Jogurtti 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	Lihamureke Ruskea kastike Perunasose Lämmin kasvis
Lounaaseen kuuluu lisäksi salaatin kanssa salaatinkastike, täysjyväleipä, ravintorasva ja juoma.						
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
Persikkakiisseli	Kuningatarkiisseli	Hedelmärahka	Ohukaiset ja marjahillo	Täysjyvämurot Mehukeitto	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: vihannes	Moussaka Salaatti	Juustoinen kasvislaatikko Salaatti	Porkkanasosekeitto Riisipiirakka Tuorepala: vihannes	Makkarakeitto 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 2.7.2026)

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 & sour possukastike Riisi/peruna Lämmin kasvis Salaatti	Aurinkoinen kasvissosekeitto Kaurainen sämpylä Juustosiivu Tuorepala: vihannes	Kalapuikot Perunasose Lämmin kasvis Salaatti	Hedelmäinen broilerikastike Peruna Lämmin kasvis Salaatti	Kebabkiusaus Lämmin kasvis Salaatti	Koskenlaskijan uunikala Perunat Salaatti	Karjalanpaisti Perunasose Lämmin kasvis
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	Jauheliha- kasvisperunakiusaus Raejuusto Tuorepala: hedelmä	Bataattisosekeitto Tuorepala: vihannes	Jauhiskeitto Tuorepala: vihannes	Broilerijauheliha- keitto Tuorepala: vihannes	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 2.7.2026)



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 Hedelmäsose	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	Ohra-kauralesepuuro Mehukeitto Perunarieska Munavoi Vihannes	Kermanen kalakeitto Ruisleipä Tuorepala: hedelmä	Lihapyörykät 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	Sekamarjakiisseli Täysjyväsämpylä	Omena-kanelikiisseli	Mansikka- mustikkakiisseli
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	Kasviskiusaus Salaatti	Lohikiusaus Tuorepala: vihannes	Mannapuuro Marjakeitto Tuorepala: vihannes	Punajuurirosekeitto Munariisipasteija Tuorepala: vihannes	Juustoinen 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 (Päivitetty 2.7.2026)



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 Hedelmäsose	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 Perunat Lämmin tai kylmä kasvis Salaatti	Sitruunainen uunikala Perunat Lämmin kasvis Salaatti	Kasvislasagnette Lämmin kasvis Salaatti	<u>Keittiön toteutus / Toiveruokapäivä</u> <u>Salaatti/tuorepala</u>	Pinaattiohukaiset Perunat Valkokastike Puolukkahillo Porkkanaraaste Kinkku-pastasalaatti	Savolaisukon keitto Perunarieska Munavoi Tuorepala: vihannes	Lohimurekepihvit Tillikastike Perunamuusi Lämmin kasvis
Lounaaseen kuuluu lisäksi salaatin kanssa salaatinkastike, täysjyväleipä, ravintorasva ja juoma.						
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
Mansikkakiisseli	Riisipiirakka, munalevite	Vatkattu punaherukkapuuro	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
Perunavelli Kananmuna Sämpylä Tuorepala: vihannes	Jauhelihahekoni- viipalelaatikko Salaatti	Parsakaali- perunasosekeitto Riisipiirakka Tuorepala: vihannes	<u>Keittiön toteutus / Toiveruokapäivä</u>	Kalakeitto Tuorepala: vihannes	Riisipuuro Tuorepala: vihannes	Jauhelihaheitto 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 2.7.2026)