

KIRKKONUMMEN KUNNAN PÄIVÄKOTIEN RUOKALISTA 2022–2023

1, 6 VIIKKO

VIIKOT	VARHAISAAMIAINEN	LOUNAS	VÄLIPALA
Ma 32,37,43, 48,3,9,14,19	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos Maito</i>	<i>NAKKIKASTIKE / MAKKARAHERKKU Perunat Tuoresalaatti</i>	<i>Luonnonjogurtti Vihannesnäkkäri Hedelmäsose Maito</i>
Ti	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos Maito</i>	<i>PORKKANA-PERUNASOSEKEITTO Raejuusto Moniviljasämpylä Tuorepala</i>	<i>Välipalapizza talon tapaan tuorepala maito</i>
Ke	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos Maito</i>	<i>TOMAATTINEN LIHA-PERUNAVUOKA / NUUDELI-BROILERVUOKA / JAUHELIHA-PERUNASOSELAATIKKO/ NUUDELI- BROILERVUOKA Tuoresalaatti</i>	<i>Porkkanasämpylät / Kaura- seesamruutusämpylät, Juusto Tuorepala Maito</i>
To	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos Maito</i>	<i>KALAPYÖRYKÄT Perunat, Kermaviilikastike, Tuoresalaatti / KALAPUIKOT Perunasose, Tartarkastike, Tuoresalaatti / ITÄMEREN SILAKKAPYÖRYKÄT Perunat, Kermaviilikastike, Tuoresalaatti / KALAPUIKOT Perunasose, Tartarkastike, Tuoresalaatti</i>	<i>Kuningattaren ruispuuro / Vispipuuro Juurespala Maito</i>
Pe	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos Maito</i>	<i>JAUHELIIHAKUITTO Sämpylä Tuorepala</i>	<i>"Hävikki"-välipala Tuoreannos Juoma</i>

Lihan alkuperämaa on Suomi

Lounaalla tarjotaan lisäksi leipää, ravintorasvaa, rasvatonta maitoa / piimää ja vettä.
Aamuateriaalia ja välipalalla tarjotaan lisänä näkkileipää ja ravintorasvaa.
Alle 1-vuotiaille tarjotaan välipalalla vaihtoehtoisesti puuroa tai velliiä.

KIRKKONUMMEN KUNNAN PÄIVÄKOTIEN RUOKALISTA 2022–2023

2, 7 VIIKKO

VIIKOT	VARHAISAAMIAINEN	LOUNAS	VÄLIPALA
Ma 33,38,44,49, 4,10,15,20	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos Maito</i>	<i>BROILERIA SITRUUNAKASTIKKEESSA Ohralisuke Tuoresalaatti / TOMAATTINEN PIPPURIBROILERI Täysjyväriisi Tuoresalaatti</i>	<i>Ruisruutu Leikkele Kasvis-hedelmävat Maito</i>
Ti	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos Maito</i>	<i>KASVIS-PASTAVUOKA Tuoresalaatti / KELTAINEN SISKONMAKKARAKEITTO / Sämpylä Tuorepala</i>	<i>Riisipuuro Kaneli-sokeri Tuorepala Maito</i>
Ke	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos Maito</i>	<i>LOHIMUREKE Perunat, Tilli-kermaviilikastike, Tuoresalaatti / TONNIKALALAAATIKKO Tuoresalaatti</i>	<i>Rahkaa talon tapaan Vihannesnäkkäri Maito</i>
To	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos Maito</i>	<i>TALON LIHAKASTIKE / Perunat / Pasta Tuoresalaatti</i>	<i>Sekamarjakiisseli Tuorepala Maito</i>
Pe	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos Maito</i>	<i>PUUTARHURIN KASVISSOSEKEITTO / LIHAKEITTO BATAATTI-PERUNASOSEKEITTO/ LIHAKEITTO Talons leipä Tuorepala</i>	<i>"Hävikki"-välipala Tuoreannos Juoma</i>

Lihan alkuperämaa on Suomi

Lounaalla tarjotaan lisäksi leipää, ravintorasvaa, rasvatonta maitoa / piimää ja vettä.
Aamuateriaalla ja välipalalla tarjotaan lisänä näkkileipää ja ravintorasvaa.
Alle 1-vuotiaille tarjotaan välipalalla vaihtoehtoisesti puuroa tai velliä.

KIRKKONUMMEN KUNNAN PÄIVÄKOTIEN RUOKALISTA 2022–2023

3, 8 VIIKKO

VIIKOT	VARHAISAAMIAINEN	LOUNAS	VÄLIPALA
Ma 34,39,45,50, 5,11,16,21	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos Maito</i>	<i>MAKKARA-PERUNAPANNU Tomaattikastike Tuoresalaatti / CHILI CIN CARNE Täysjyväriisi Tuoresalaatti</i>	<i>Smoothie Hapankorppu Tuorepala</i>
Ti	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos Maito</i>	<i>KAHDEN KALAN KEITTO / KIRKAS KALAKEITTO Ruisleipä Tuorepala</i>	<i>Luonnonjogurtti Marjasose Vihannesnäkkäri Maito</i>
Ke	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos Maito</i>	<i>BROILERI-APRIKOOSILASAGNE / CAPPELLI-BROILERIVUOKA Tuoresalaatti</i>	<i>Kokojyväleipä Leikkele Hedelmävati Maito</i>
To	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos Maito</i>	<i>HERNEKEITTO Sämpylä Tuorepala / HERNEKEITTO Sämpylä Tuorepala</i>	<i>Voimapannari / Ohukkaat Tuoremarjasose Maito</i>
Pe	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos Maito</i>	<i>TEX-MEX LIHA-PERUNAVUOKA / KINKKUKIUSAUS / TEX- MEX LIHA-PERUNAVUOKA / MEKSIKOLAINEN PERUNAVUOKA Tuoresalaatti</i>	<i>Välipala talon tapaan Tuorepala Juoma</i>

Lihan alkuperämaa on Suomi

Lounaalla tarjotaan lisäksi leipää, ravintorasvaa, rasvatonta maitoa / piimää ja vettä.
Aamuateriaalla ja välipalalla tarjotaan lisänä näkkileipää ja ravintorasvaa.
Alle 1-vuotiaille tarjotaan välipalalla vaihtoehtoisesti puuroa tai velliä.

KIRKKONUMMEN KUNNAN PÄIVÄKOTIEN RUOKALISTA 2022–2023

4, 9 VIIKKO

VIIKOT	VARHAISAAMIAINEN	LOUNAS	VÄLIPALA
Ma 35,40,46, 51,6,12,17,22	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos Maito</i>	<i>HEDELMÄINEN YRTTIBROILERI Täysjyväriisi, Tuoresalaatti/ BOLOGNESEKASTIKE Pasta, Tuoresalaatti</i>	<i>Perunarieska Juusto Tuorepala Maito / Kaakao</i>
Ti	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos Maito</i>	<i>CAPPELLI-LIHAVUOKA Tuoresalaatti BROILERPYÖRYKÄT, Talon kermaviilikastike, Ohralisuke, Tuoresalaatti/ LASAGNE Tuoresalaatti / BROILERPYÖRYKÄT, Talon kermaviilikastike, Ohralisuke, Tuoresalaatti</i>	<i>Karjalanpiirakka Kananmuna Tuorepala Maito</i>
Ke	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos Maito</i>	<i>MANTELIKALA Perunat, Kermaviilikastike, Tuoresalaatti / KREIKKALAINEN KALAVUOKA Perunat, Tuoresalaatti / APPELSIINI-CHILIKALA Perunat, Tuoresalaatti KREIKKALAINEN KALAVUOKA Perunat, Tuoresalaatti</i>	<i>Tuoremarjakiisseli Siemennäkkäri Tuorepala Maito</i>
To	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos Maito</i>	<i>NAKKIKEITTO / TALON KASVISKEITTO / NAKKIKEITTO / PORKKANA-BATAATTISOSEKEITTO, Raejuusto Sämpylä Tuorepala</i>	<i>Porkkanaohukaiset Juurespala Maito</i>
Pe	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos Maito</i>	<i>LIHAPYÖRYKÄT Perunasose, Tuoresalaatti / LIHAMUREKE Perunat, Talon kastike, Tuoresalaatti PORKKANAPYÖRYKÄT perunasose, Tuoresalaatti / LIHAMUREKE Perunat, Talon kastike, Tuoresalaatti</i>	<i>"Hävikki"-välipala Tuorepala Juoma</i>

Lihan alkuperämaa on Suomi

Lounaalla tarjotaan lisäksi leipää, ravintorasvaa, rasvatonta maitoa / piimää ja vettä.
Aamuateriaalla ja välipalalla tarjotaan lisänä näkkileipää ja ravintorasvaa.
Alle 1-vuotiaille tarjotaan välipalalla vaihtoehtoisesti puuroa tai velliä.

KIRKKONUMMEN KUNNAN PÄIVÄKOTIEN RUOKALISTA 2022–2023

5, 10 VIIKKO

VIIKOT	VARHAISAAMIAINEN	LOUNAS	VÄLIPALA
Ma 36,41,47, 2,7,13,18	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos Maito</i>	<i>JAUHELIHAKASTIKE Pasta, Tuoresalaatti / KIRKAS KANAKEITTO Sämpylä / Kokojyvässämpylä Tuorepala JAUHELIHAKASTIKE Pasta Tuoresalaatti</i>	<i>Ruistassu Maksamakkara Kasvis- / hedelmävat Maito</i>
Ti	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos Maito</i>	<i>PINAATTIOHUKKAAT / Perunasose Lounassalaatti Puolukkasurvos CAPPELLI-KINKKUVUOKA Tuoresalaatti</i>	<i>Rahkaa talon tapaan Maito Juurespala</i>
Ke	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos Maito</i>	<i>KALAKIUSAUS Tuoresalaatti / LOHIKASTIKE Perunat Tuoresalaatti</i>	<i>Kerrosleipä / Täytetty leipä Tuoreannos Maito</i>
To	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos Maito</i>	<i>TOIVERUOKAPÄIVÄ / TEEMARUOKAPÄIVÄ</i>	<i>Mannapuuro, Mehukeitto Maito</i>
Pe	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos Maito</i>	<i>TÄYSJYVÄMAKARONILAATIKKO Tomaattikastike Tuoresalaatti</i>	<i>"Hävikki"-välipala Tuoreannos Juoma</i>

Lihan alkuperämaa on Suomi

Lounaalla tarjotaan lisäksi leipää, ravintorasvaa, rasvatonta maitoa / piimää ja vettä.
Aamuateriaalla ja välipalalla tarjotaan lisänä näkkileipää ja ravintorasvaa.
Alle 1-vuotiaille tarjotaan välipalalla vaihtoehtoisesti puuroa tai velliä.