

NOKELAN PÄIVÄKODIN RUOKALISTA Viikko 51 / 2017

VL = vähälaktoosinen, L = laktoositon, G = gluteeniton, M = maidoton

Kiertävän ruokalistan lista nro 3

III Vko 51	Ateria	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai 24.12. Jouluaatto
	Aamupala	4-viljanpuuro maito, näkkileipä hedelmä	Velli leipä, maito tuoremehu	Ruishiutalepuuro maito, leipä marjat / marjasose	Ohrahiutalevelli näkkileipä, maito tuoremehu	Sämpylä juusto, maito tuorepala	Puuro maito, leipä tuorepala	Puuro maito, leipä tuorepala
	Lounas	Lasagnette, L tuoresalaatti	Jouluinen jauhelihapihvi muusi, G, L vihersalaatti	Kanakeitto, G, M tuorekurkku juusto	Jauheliha-peruna- soselaatikko, G, L tuoresalaatti	Joulupuuro, G kaneli-sokeri kinkkusivut	Kirjolohikeitto, G, L maksamakkara	Joulukinkku, G, M perunat, paistinkastike, G, M lanttulaatikko, L porkkanalaatikko, L rosolli
	Välipala	Mini Croissant maito tuorepala	Sämpylä leikkele, maito tuorepala	Mannapuuro kaneli / sokeri maito tuorepala / hedelmä	Mansikkakiisseli leipä, maito	Ruispala broilerileike maito, ananaspala	Mansikkakiisseli (keskuskeittiöltä) leipä, maito	Kirsikkarahka, G, L (keskuskeittiöltä) leipä, maito
	Päivälli- nen	Lohikiusaus, G, L punajuuri- omenaraaste	Lihakeitto, G, M juusto	Jauheliha- pastavuoka, L tuoresalaatti	Lindströmin- pihvit, L muusi, G, L tuoresalaatti	Nakkikeitto, G, M karjalanpiirakka	Kirjolohikeitto, G, L maksamakkara	Joulukinkku, G, M perunat, paistinkastike, G, M lanttulaatikko, L porkkanalaatikko, L rosolli
	Illtapala	Puuro (veteen) maito, leipä	Karjalanpiirakka maito, tuorepala *tarvittaessa pienillä puuro	Vaniljajogurtti- rahka maito, leipä	Puuro (veteen) maito, leipä	Maustamaton jogurtti + mangosose maito, leipä	Mansikkakiisseli (keskuskeittiöltä) leipä, maito	Kirsikkarahka, G, L (keskuskeittiöltä) leipä, maito



*Lisäksi lounaalla ja päivällisellä tarjolla: Rasvaton maito, piimä, vesi tai erityisruokavalion mukainen juoma, levite ja leipä

*Kun välipalana leipä, sämpylä, croissantit yms., on pienillä puuro

*Vihreällä värillä merkitty päivällinen = tehdään erikseen Nokelan pk:lle ja tulee kypsänä / kuumana Särpimestä

*Sinisellä merkityt ruoat tulevat kylmävalmistettuina Särpimestä ja ne pitää kypsentää Nokelan päiväkodilla

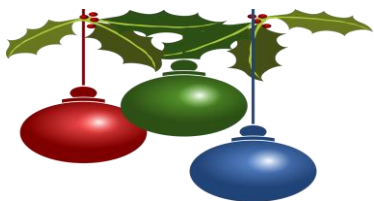
*)La, Su ja juhlapyhien salaattit tehdään Särpimessä. Vl:n salaattit toimitetaan La:na Nokelaan kylmäpakeissa.

NOKELAN PÄIVÄKODIN RUOKALISTA Viikko 52 / 2017

VL = vähälaktoosinen, L = laktoositon, G = gluteeniton, M = maidoton

Kiertävän ruokalistan lista nro 4

IV Vko 52	Ateria	Maanantai 25.12. Joulupäivä	Tiistai 26.12. Tapaninpäivä	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai 31.12. Udenvuoden- aatto
	Aamupala	Puuro maito, leipä tuorepala	Puuro maito, leipä tuorepala	Kaura- ruishiutalepuuro maito, leipä hedelmä	Mannavelli kaneli / sokeri maito, näkkileipä tuoremehu	Kaurapuuro maito, näkkileipä hedelmä	Puuro maito, leipä tuorepala	Puuro maito, leipä tuorepala
	Lounas	Uunilohi , perunat sitruunakastike, L bataattilaatikko, L maksalaatikko, G, L hieno punajuurisalaatti	Kalkkunafilee , G, M kermaperunat, G, L mangokastike, G, L baby-porkkanat italiansalaatti	Makaronilaatikko , L vihersalaatti	Uunikala / kalapihvit , L muusi, G, L tuoresalaatti	Kasvissosekeitto , G, L kinkkuleike sämpylä	Nakit , G, M muusi, G, L perunasalaatti	Sianlihakastike , M perunat)salaatti
	Välipala	Sekahedelmä- kiisseli , G, M (keskuskeittiöltä) leipä, maito	Kinuski- kermavanukas , G, L (keskuskeittiöltä) leipä, maito	Ruusunmarja- keitto hapankorppu, juusto, maito	Pienet ohukkaat hillo, maito tuorepala	Vanukas leipä tuorekurkkupala maito	Jogurtti leipä, leikkele maito	Boysenmarja- kiisseli , G, M (keskuskeittiöltä) pehmeä, leipä, maito
	Päivälli- nen	Uunilohi , perunat sitruunakastike, L bataattilaatikko, L maksalaatikko, G, L hieno punajuurisalaatti	Kalkkunafilee , G, M kermaperunat, G, L mangokastike, G, L baby-porkkanat italiansalaatti	Sianlihakeitto , G, M juusto	Minestronekeitto , M tuorepala	Kalkkuna- vihanneskeitto , G, M juusto	Nakit , G, M muusi, G, L perunasalaatti	Sianlihakastike , M perunat)salaatti
	Illtapala	Sekahedelmä- kiisseli , G, M (keskuskeittiöltä) leipä, maito	Kinuski- kermavanukas , G, L (keskuskeittiöltä) leipä, maito	Kaurahiutale- puuro (maitoon) maito, leipä	Puuro (veteen) maito, leipä	Sämpylä juusto, maito tuorepala *tarvittaessa pienillä puuro	Jogurtti leipä, leikkele maito	Boysenmarja- kiisseli , G, M (keskuskeittiöltä) pehmeä leipä, maito



***Lisäksi lounaalla ja päivällisellä tarjolla:** Rasvaton maito, piimä, vesi tai erityisruokavalion mukainen juoma, levite ja leipä

*Kun välipalana leipä, sämpylä, croisantti yms., on pienillä puuro

***Vihreällä värillä merkitty päivällinen = tehdään erikseen Nokelan pk:lle ja tulee kypsänä / kuumana Särpimestä**

***Sinisellä merkityt ruoat tulevat kylmävalmistettuina Särpimestä ja ne pitää kypsentää Nokelan päiväkodilla**

***)La, Su ja juhlapyhien salaattit tehdään Särpimessä. Vi:n salaattit toimitetaan La:na Nokelaan kylmäpakeissa.**

NOKELAN PÄIVÄKODIN RUOKALISTA Viikko 1 / 2018

VL = vähälaktoosinen, L = laktoositon, G = gluteeniton, M = maidoton

Kiertävän ruokalistan lista nro 1

I Vko 1	Ateria	Maanantai 1.1. Uudenvuoden- päivä	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai 6.1. Loppiainen	Sunnuntai
	Aamupala	Puuro maito, leipä tuorepala	Kaurahiutalepuuro marjasose / marjat maito, näkkileipä	Vaniljajogurtti- rahka ruisleipä, maito tuorepala	Kaurahiutalevelli maito, leipä tuoremehu	4-viljanpuuro maito, näkkileipä hedelmä	Puuro maito, leipä tuorepala	Puuro maito, leipä tuorepala
	Lounas	Mantelikala, L perunat, kermakastike, L hedelmäinen salaatti	Nakkikeitto, G, M juusto	Broilerikastike, M perunat salaatti	Italianpata, M vihersalaatti	Lohikeitto, G, L juusto	Broilerinleike, G, L perunat currykastike suvisalaatti	Jauheliha- kastike, M perunat)salaatti
	Välipala	Vanukas leipä, leikkele maito	Mannapuuro kaneli / sokeri, maito omenalohko	Karjalanpiirakka maito, tuorekurkku	Mehukeitto + murot, näkkileipä maito, tuorepala	Sämpylä leikkele, maito vesimeloni	Jäätelö leipä, maito hedelmä	Vaalea leipä maito, leikkele kurkku
	Päivälli- nen	Mantelikala, L perunat, kermakastike, L hedelmäinen salaatti	Kalakeitto, G, L maksamakkara	Makkarakeitto, G, M juusto	Kasvispyörykkä muusi, G, L tuoresalaatti	Jauhelihakeitto, G, M karjalanpiirakka	Broilerinleike, G, L perunat currykastike suvisalaatti	Jauheliha- kastike, M perunat)salaatti
	Iltapala	Vanukas leipä, leikkele maito	Leipä juusto, maito tuorepala *pienillä puuro	Riisihiutalepuuro (maitoon) maito, leipä	Puuro (veteen) maito, leipä	Jogurtti leipä, leikkele	Jäätelö leipä, maito hedelmä	Vaalea leipä maito, leikkele kurkku

***Lisäksi lounaalla ja päivällisellä tarjolla:** Rasvaton maito, piimä, vesi tai erityisruokavalion mukainen juoma, levite ja leipä

*Kun välipalana leipä, sämpylä, croisantti yms., on pienillä puuro

***Vihreällä värillä merkitty päivällinen = tehdään erikseen Nokelan pk:lle ja tulee kypsänä / kuumana Särpimestä**

***Sinisellä merkityt ruoat tulevat kylmävalmistettuina Särpimestä ja ne pitää kypsentää Nokelan päiväkodilla**

***)La, Su ja juhlapyhien salaattit tehdään Särpimessä. Vi:n salaattit toimitetaan La:na Nokelaan kylmäpakeissa.**

