

NIVALAN KAUPUNGIN RAITALAN PÄIVÄKODIN RUOKALISTA viikko 8 / 2023



Kiertävän ruokailan lista nro 2

L = laktoositon, G = gluteeniton, M = maidoton

Vko		Maanantai	Tiistai 21.2. Laskiaistiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
II	Aamupala	Kaurapuuro marjat / marjasose maito, näkkileipä	Kaura-ruishiutalepuuro maito, näkkileipä, täystuoremehu	Neljänviljan puuro maito, leipä hedelmäsose	Ruishiutalepuuro maito, leipä tuorepala	Murot maito, ruisleipä tuorepala
8	Lounas	Nakkikeitto, G, M tuorepala	Hernekeitto, G, M juusto, rieska tuorepala <i>*pienillä jauheliha</i>	Kirjolohi- perunakiusaus, G, L tuoresalaatti	Chili con Carne, M riisi, G, M tai täysjyväkaura, M <i>*pienillä perunat</i> tuoresalaatti	Riisipuuro, G kaneli -sokeri leikkele hedelmä
	Välipala	Kauraleipä juusto, maito tuorepala	Laskiaispulla kaakaojuoma leipä, tuorepala	Puolukkakiisseli + vaniljavaahto ruisleipä, maito	Reissumies-leipä tuorekurkku, kananmuna maito, hedelmä	Lohkeava jogurtti leipä, maito tuorekurkkupala

Lisäksi aamupalalla tarjolla levite. Lounaalla tarjolla listan mukaiset tuotteet sekä rasvaton maito / -piimä, vesi tai erityisruokavalion mukainen juoma, levite, leipä ja salaattilla / raastella salaattinkastike. Välipalalla listan mukaiset tuotteet sekä levite.