

KIRKKONUMMEN KUNNAN PÄIVÄKOTIEN RUOKALISTA 2023–2024

1, 6 VIIKKO

VIIKOT	VARHAISAAMIAINEN	LOUNAS	VÄLIPALA
<b>Ma</b> 32,37,43, 48,3,9,14,19	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos</i>	<i>NAKKIKASTIKE / MAKKARAHERKKU Perunat Tuoresalaatti</i>	<i>Luonnonjogurtti Vihannesnäkkäri Hedelmäsose</i>
<b>Ti</b>	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos</i>	<i>PORKKANA-PERUNASOSEKEITTO Raejuusto Moniviljasämpylä Tuorepala</i>	<i>Välipalapizza talon tapaan Tuorepala</i>
<b>Ke</b>	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos</i>	<i>JAUHELIHA-PERUNASOSELAATIKKO / NUUDELI- BROILERVUOKA Tuoresalaatti</i>	<i>Porkkanasämpylät / Kaura- seesamruutusämpylät, Juusto Tuorepala</i>
<b>To</b>	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos</i>	<i>KIRJOLOHIPYÖRYKÄT Perunat, Tilli-kermaviilikastike, Tuoresalaatti / KALAPUIKOT Perunasose, Tartarkastike, Tuoresalaatti</i>	<i>Tuoremarjakiisseli Siemennäkkäri Tuorepala</i>
<b>Pe</b>	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos</i>	<i>JAUHELIHAKEITTO Sämpylä Tuorepala</i>	<i>"Hävikki"-välipala Tuoreannos</i>

Lihan alkuperämaa on Suomi

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

KIRKKONUMMEN KUNNAN PÄIVÄKOTIEN RUOKALISTA 2023–2024

2, 7 VIIKKO

VIIKOT	VARHAISAAMIAINEN	LOUNAS	VÄLIPALA
<b>Ma</b> 33,38,44,49, 4,10,15,20	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos</i>	<i>BROILERIA SITRUUNAKASTIKKEESSA Ohralisuke Tuoresalaatti / TOMAATTINEN PIPPURIBROILERI Ohralisuke Tuoresalaatti</i>	<i>Ruisruutu Leikkele Kasvis-hedelmävat</i>
<b>Ti</b>	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos</i>	<i>MAC AND CHEESE PASTAVUOKA Tuoresalaatti / KELTAINEN SISKONMAKKARAKEITTO Sämpylä Tuorepala</i>	<i>Riisipuuro Marjoja</i>
<b>Ke</b>	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos</i>	<i>LOHIMUREKE Perunat, Tilli-kermaviilikastike, Tuoresalaatti / TONNIKALALAAATIKKO Tuoresalaatti</i>	<i>Smoothie Hapankorppu Tuorepala</i>
<b>To</b>	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos</i>	<i>LIHAKEITTO / Moniviljasämpylä / PUUTARHURIN KASVISSOSEKEITTO Raejuusto Talon sämpylä Tuorepala</i>	<i>Peltileipä Tuorepala</i>
<b>Pe</b>	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos</i>	<i>TALON LIHAKASTIKE Perunat / Pasta Tuoresalaatti</i>	<i>"Hävikki"-välipala Tuoreannos</i>

Lihan alkuperämaa on Suomi

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

KIRKKONUMMEN KUNNAN PÄIVÄKOTIEN RUOKALISTA 2023-2024

3, 8 VIIKKO

VIIKOT	VARHAISAAMIAINEN	LOUNAS	VÄLIPALA
<b>Ma</b> 34,39,45,50, 5,11,16,21	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos</i>	<i>MAKKARA-PERUNAPANNU Tomaattikastike Tuoresalaatti / CHILI CIN CARNE Riisi Tuoresalaatti</i>	<i>Luonnonjogurtti Marjasose Hapankorppu Tuorepala</i>
<b>Ti</b>	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos</i>	<i>KAHDEN KALAN KEITTO / LOHIKEITTO Ruisleipä Tuorepala</i>	<i>Tuore hedelmäsalaatti</i>
<b>Ke</b>	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos</i>	<i>PALERMON PASTAVUOKA / BROILERI- APRIKOOSILASAGNETTE Tuoresalaatti</i>	<i>Kokojyväleipä Marjasoothie</i>
<b>To</b>	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos</i>	<i>HERNEKEITTO Ohukaiset Tuoremarjasose / HERNEKEITTO Sämpylä Tuorepala</i>	<i>Välipala talon tapaan Tuoreannos</i>
<b>Pe</b>	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos</i>	<i>TEX-MEX LIHA-PERUNAVUOKA / KINKKUKIUSAUS/ Tuoresalaatti</i>	<i>Pannukakku Tuoremarjasose</i>

Lihan alkuperämaa on Suomi

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

KIRKKONUMMEN KUNNAN PÄIVÄKOTIEN RUOKALISTA 2023–2024

4, 9 VIIKKO

VIIKOT	VARHAISAAMIAINEN	LOUNAS	VÄLIPALA
<b>Ma</b> 35,40,46, 51,6,12,17,22	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos</i>	<i>TANDOORIKANA Riisi, Jogurttikastike, Tuoresalaatti / JAUHELIHAKASTIKE Pasta, Tuoresalaatti</i>	<i>Perunarieska Juusto Tuorepala Maito / Kaakao</i>
<b>Ti</b>	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos</i>	<i>NAKKIKEITTO Sämpylä Tuorepala / UUNIMAKKARA Perunasose Tuoresalaatti</i>	<i>Talon makoisa piirakka Juurespala</i>
<b>Ke</b>	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos</i>	<i>MANTELIKALA Perunat, Tuoresalaatti / KREIKKALAINEN KALAVUOKA Perunat, Tuoresalaatti /</i>	<i>Talon leipä Tuorepala</i>
<b>To</b>	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos</i>	<i>TACOPYÖRYKÄT, Perunat, Talon kastike, Tuoresalaatti / LIHAMUREKE, Perunat, Ruskeakastike, Tuoresalaatti / TACOPYÖRYKÄT, Perunat, Talon kastike, Tuoresalaatti / LIHAPYÖRYKÄT, Perunat, Ruskeakastike, Tuoresalaatti /</i>	<i>Porkkanaohukaiset Puolukkasurvos</i>
<b>Pe</b>	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos</i>	<i>LASAGNETTE Tuoresalaatti/ BATAATTI-LINSSISOSEKEITTO Riisipiirakka Tuorepala</i>	<i>"Hävikki"-välipala Tuorepala</i>

Lihan alkuperämaa on Suomi

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

KIRKKONUMMEN KUNNAN PÄIVÄKOTIEN RUOKALISTA 2023–2024

5, 10 VIIKKO

VIIKOT	VARHAISAAMIAINEN	LOUNAS	VÄLIPALA
<b>Ma</b> 36,41,47, 2,7,13,18	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos</i>	<i>JAUHELIHAKASTIKE Pasta, Tuoresalaatti / BROILERIKIUSAUS Tuoresalaatti</i>	<i>Ruistassu Leikkele Kasvis- / hedelmävat</i>
<b>Ti</b>	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos</i>	<i>PINAATTIOHUKAISET / Perunasose Lounassalaatti Puolukkasurvos JUUSTOINEN KALAKASTIKE Perunat Tuoresalaatti</i>	<i>Rahkaa talon tapaan Juurespala</i>
<b>Ke</b>	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos</i>	<i>LOHIKIUSAUS Tuoresalaatti / KIRKAS BROILERKEITTO Kokojyvä sämpylä Tuorepala</i>	<i>Riisipiirakka Kananmuna Tuoreannos</i>
<b>To</b>	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos</i>	<i>ISOÄIDIN KANAKEITTO, sämpylä, tuorepala/ TOIVERUOKAPÄIVÄ / ISOÄIDIN KANAKEITTO, sämpylä, tuorepala/ TEEMARUOKAPÄIVÄ</i>	<i>Mannapuuro Mehukeitto</i>
<b>Pe</b>	<i>Viljainen annos Ravintorasva Tuoreannos</i>	<i>LIHA-MAKARONILAATIKKO Tomaattikastike Tuoresalaatti</i>	<i>"Hävikki"-välipala Tuoreannos</i>

Lihan alkuperämaa on Suomi,

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