

NOKELAN PÄIVÄKODIN RUOKALISTA / viikko 14 / 2018

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

Kiertävän ruokalistan lista nro 2

II Vko 14	Ateria	Maanantai 2.4. 2.Pääsiäispäivä	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
	Aamupala	Puuro maito, leipä tuorepala	Kaurapuuro maito, näkkileipä hedelmä	Neljänviljanpuuro maito, leipä hedelmäsose	Ruishiutalevelli leipä, leikkele maito, tuoremehu	Murot maito, ruisleipä tuorepala	Puuro maito, leipä tuorepala	Puuro maito, leipä tuorepala
	Lounas	Uunilohi perunat sitruunakastike, L punajuurisalaatti	Jauheliuhakeitto G, M juusto, herkkukurkku	Kirjolohi- perunakiusaus, G, L tuoresalaatti	Broileripyörökät, M perunat, kastike, M kaali-retiisi- kurpitsasalaatti	Riisipuuro, G kaneli-sokeri leikkele	Jauheliuhapivut, M / Kalapuitot, M perunat, kastike *) tuoresalaatti	Stroganoff, M perunat *)salaatti
	Välipala	Hedelmäkiisseli, G, M (keskuskeittiöltä) leipä, leikkele maito	Jäätelöpuikko leipä, leikkele maito, tuorepala	Kauratassu leike, maito tuorepala	Puolukkakiisseli + vaniljavahto voileipäkeksi, maito	Jogurtti leipä, makkaraleike maito	Boysenmarja- kiisseli, G, M (keskuskeittiöltä) maito, leipä	Vanukas leipä, leikkele tuorekurkku
	Päivällinen	Uunilohi perunat sitruunakastike, L punajuurisalaatti	Broilerikiusaus G, L tuoresalaatti	Nakkikeitto, G, M karjalanpiirakka (tilattava Särpimestä)	Kalakeitto, G, L maksamakkara	Makaronilaatikko, L tuoresalaatti	Vanukas leipä, leikkele maito	Stroganoff, M perunat *)salaatti
	Iltapala	Puuro (veteen) Valkosuklaa- mousse, G, L (keskuskeittiöltä) leipä, leikkele maito	Puuro (veteen) leipä, leikkele maito	Kaurahiutale-puuro (maitoon) maito, leipä	Puuro (veteen) maito, leipä	Puuro (veteen) Yllätys iltapala= kaappien tyhjennys maito, leipä	Puuro (veteen) Boysenmarja- kiisseli (keskuskeittiöltä) maito, leipä	Puuro (veteen) Vanukas leipä, leikkele tuorekurkku

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

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

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

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

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