

NOKELAN PÄIVÄKODIN RUOKALISTA viikko 44 / 2023



L = laktoositon, G = gluteeniton, M = maidoton

II	Ateria	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai 4.11. Pyhäinpäivä	Sunnuntai
Ka- len- teri- viik- ko	Aamu- pala	Kaurapuuro maito, näkkileipä marjat/marjasose	Mannavelli maito, näkkileipä täystuoremehu	Neljänviljan puuro maito, leipä hedelmäsose	Ruishiutalevelli maito, leipä vesimeloni	Murot maito, ruisleipä tuorepala *pienillä puuro	Puuro maito, leipä tuorepala	Puuro maito, leipä tuorepala
44	Lounas	Nakkikeitto, G, M tuorepala	Kasvispihvit/- pyörykät, G, M muusi, G, L mangorajakastike, G, L vihersalaatti	Kirjolohti- peruna - kiusaus, G, L tuoresalaatti	Chili con Carne, L riisi, G, M tai täysjyväkaura, M *pienille perunat tuoresalaatti	Riisipuuro, G kaneli -sokeri leikkele hedelmä	Mantelikala, G, L muusi, G, L sitruunakastike tuoresalaatti	Jauheliha- porkkanakastike (lapset), M Stroganoff (aikuiset), M perunat, tuoresalaatti
	Välipala 	Kauratassu juusto, maito tuorepala	Marjasmoothie leipä, maito	Puolukkakiisseli + vaniljavaahto ruisleipä, maito	Reissumies-leipä tuorekurkku, kananmuna maito, hedelmä	Lohkeava jogurtti leipä, maito tuorekurkkupala	Mehukeitto + riisipuuro (keskuskeittiöltä), maito, leipä	Viilis-viili tms. leipä, maito tuorekurkku
	Päivällinen	Perunaviipale- jauhelihaalatikko, G, M salaatti	Palvikiusaus, G, L salaatti	Broilerikeitto, G, M riisipiirakka (keskuskeittiöltä)	Kalakeitto, G, L maksamakkara	Makaronilaatikko, L salaatti	Mantelikala, G, L muusi, G, L sitruunakastike tuoresalaatti	Jauheliha- porkkanakastike (lapset), M Stroganoff (aikuiset), M perunat, salaatti
	Iltapala	Puuro (maitoon) maito, leipä marjat	Puuro (maitoon) Kauratassu maito, leikkele tuorepala	Kaurahiutale- puuro (maitoon) maito, leipä tuorepala	Puuro (maitoon) maito, leipä tuorepala	Puuro (maitoon) Yllätys iltapala = kaappien tyhjennys maito, leipä, tuorepala	Puuro (veteen) hedelmäsose maito, leipä	Puuro (veteen) leipä, maito tuorekurkku

Lisäksi aamupalalla levite. Lounaalla ja päivällisellä tarjolla listan mukaiset tuotteet ja rasvaton maito / -piimä, vesi tai erityisruokavalion mukainen juoma, levite, leipä ja salaattilla /raasteella salaatin kastike. Väli- ja iltapalalla listan mukaiset tuotteet sekä levite.

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

*Vihreällä värillä merkitty päivällinen = tehdään erikseen Nokelan Pk:lle. * Päivällinen tulee aina kypsänä / kuumana Särpimestä.