

PPP-Köökki OY PUDASJÄRVI PÄIVÄKODIT RUOKALISTA 2024

VIIKOT	Viikko I 1,6,11,16, 21, 26, 31, 36, 41, 46, 51	Viikko II 2,7,12,17, 22, 27, 32, 37, 42, 47, 52	Viikko III 3,8,13,18,23, 28, 33, 38, 43, 48	Viikko IV 4,9,14,19,24, 29, 34, 39, 44, 49,	Viikko V 5,10,15,20,25,30.35, 40, 45, 50
MAANANTAI AAMUPALA	KAURAPUURO M Tomaatti, Appelsiini, Vaalea leipä	KAURAPUURO M Tomaatti, Banaani, Vaalea leipä	KAURAPUURO M Tomaatti, Päärynä, Vaalea leipä	KAURAPUURO M Tomaatti, Mandariini, Vaalea leipä	KAURAPUURO M Tomaatti, Omena, Vaalea leipä
LOUNAS	JAUHELIIHAKASTIKE G,M,KM,S HÄRKÄPAPUBOLOGNESE KASTIKE K,G,M,KM,S	NAKKIKASTIKE G,M,KM,S JUURES- HÄRKÄPAPUKASTIKE K,G,M,KM,S	CHILI-BROILERKASTIKE G,L,KM,S QUORN-BOLOGNESEKASTIKE K,G,M,S	LIHAKASTIKE G,M,KM,S VÄRIKÄS VIHANNESPATA K,G,KM,S	HEDELMÄINEN BROILERKASTIKE G,M,KM,S HEDELMÄINEN KIKHERNEPATA G,VEGE
VÄLIPALA	Peruna Salaatti JOGURTTI-HEDELMÄVAAHTO G,L Paprika ja Ruisleipä	Peruna Salaatti KUNINGATARVAAHTO G, L Kurkku, Ruisleipä ja Hapankorppu	Keitetty Ohrasuurimo/ Riisi Salaatti, Mustaherukkahillo MANSIKKARAHKA G, L Tuorekurkku ja Ruisleipä	Peruna Salaatti MUSTIKKARAHKA G, L Tuorekurkku ja Ruisleipä	Keitetty ohrasuurimo/ Riisi Salaatti, Mustaherukkahillo MANGO-PERSIKKARAHKA G, L Paprika, Ruisleipä ja Hapankorppu
TIISTAI AAMUPALA	NELJÄNVILJANPUURO M Tuorekurkku, Mansikoita, Vaalea leipä	NELJÄNVILJANPUURO M Tuorekurkku, Mansikoita, Vaalea leipä	NELJÄNVILJANPUURO M Tuorekurkku, Mansikoita, Vaalea leipä	NELJÄNVILJANPUURO M Tuorekurkku, Mansikoita, Vaalea leipä	NELJÄNVILJANPUURO M Tuorekurkku, Mansikoita, Vaalea leipä
LOUNAS	BROILERIPASTAVUOKA L,KM,S KASVISPASTAPAISTOS K,L,KM,S	MAKARONILAATIKKO L,KM,S PINAATTINEN JUUSTOPASTA K,L,KM,S	KALAMURULAATIKKO G,L,KM,S JUUSTOINEN KASVISKIUSAUS K,G,L,KM,S	BROILERIKIUSAUS G,M,KM,S/ KALKKUNAKIUSAUS G,M,KM,S KASVISKIUSAUS K,G,M,KM,S	LASANGETTE L,KM,S KASVISLASANGETTE K,L,KM,S
VÄLIPALA	Salaatti Mustaherukkahillo, Ketsuppi JOGURTTI G, L Kurkkua, Keittokinkku ja Kaurasämpylä	Salaatti, Puolukkahillo Ketsuppi ja Sinappi MARJAJOGURTTI G, L Tomaatti, Keittokinkku ja 4- viljanleipä	Salaatti Punajuuri APPELSIINI JA MEHUKEITTO M, G Salaattilehti, Kalkkunaleikkele ja Pallero viipaleet	Salaatti, Mustaherukkahillo MANDARIINI JA MEHUKEITTO M, G Salaatinlehti ja Ruissämpylä	Salaatti Ketsuppi OMENA JA MEHUKEITTO M, G Salaatinlehti, makkaraileikkele ja Kauraleipä
KESKIVIikko AAMUPALA	KAURAPUURO M Hedelmäsose, Salaatinlehti, Vaalea leipä	JOGURTTI L/ MUROT JA MAITO Hedelmäsose, Salaatinlehti, Vaalea leipä	KAURAPUURO M Hedelmäsose, Salaatinlehti, Vaalea leipä	KAURAPUURO M Hedelmäsose, Salaatinlehti, Vaalea leipä	KAURAPUURO M Hedelmäsose, Salaatinlehti, Vaalea leipä
LOUNAS	SEIKEITTO G,M,KM,S KUKKAKAALI- PORKKANASOSEKEITTO K,G,L,KM,S	RIISIPUURO K,G,L,KM,S MARJAKIISSELI K,G,M,KM Kalkkunaleikkele S, Porkkanapölkky Pehmeä leipä	KANAKEITTO G,M,KM,S BATAATTISOSEKEITTO K,G,L,KM,S Juusto L, Tuorepala, Pehmeä leipä	PYTTIPANNU G,M,KM KASVISPYTTIPANNU K,M,KM,S Salaatti Ketsuppi ja Sinappi	AURINKOINEN BROILERKEITTO G,L,KM,S AURINKOINEN SOSEKEITTO K,G,L,KM,S Makkaraileikkele, Tuorepala, Pehmeä leipä
VÄLIPALA	Juusto L, Tuorepala, Pehmeä leipä BANAANI JA MEHUKEITTO G, M Moniviljasämpylä ja salaatinlehti	MELONI JA MEHUKEITTO M, G kurkku ja grahamsämpylä	BOYSENMARJAKIISSELI M, G Tomaatti ja Ruisleipä	MEHUKEITTO M, G Kalkkunaleikkele ja paprika	RIISIPUURO G, L JA KANELI Tomaatti ja Ruisleipä

Aamupalaan, lounaaseen ja välipalaan kuuluu ruokajuoma, leipä ja levite. Ruokalistamuutokset mahdollisia
K=Kasvisruoka vaihtoehto L = Laktoositon G = Gluteeniton S=Sianlihaton M = Maidoton KM= Kananmunaton

PPP-Köökki OY PUDASJÄRVI PÄIVÄKODIT RUOKALISTA 2024

<p>TORSTAI AAMUPALA</p> <p>LOUNAS</p> <p>VÄLIPALA</p>	<p>VEHNÄHIUTALEPUURO L Tuorekurkku, Mustikoita, Vaalea leipä KASVISKEPUKKA G,M,KM,S Perunasose G,L,KM,S Salaatti, Puolukkahillo, Pehmeä leipä RIISIPIIRAKKA L, KANANMUNA JA MEHUKEITTO M, G Paprika ja kalkkunaleikkele</p>	<p>VEHNÄHIUTALEPUURO L Tuorekurkku, Mustikoita, Vaalea leipä KALAMUREKEPIHVI G,L,S/ SEILORIN KALA M,KM,S BATAATTIJUURESPIHVI K,G,M Perunasose G,L,KM,S Raaste ja Punajuuri MANGO-PORKKANAKIISSELI G, M Salaatinlehti ja Ruisleipä</p>	<p>VEHNÄHIUTALEPUURO L Tuorekurkku, Mustikoita, Vaalea leipä UUNIMAKKARA G,M,KM/ LIHAPYÖRYKKÄ G,M,S,KM KASVISPAPUKROKETTI G,VEGE/ -PYÖRYKKÄ K,G,M,S Perunasose G,L,KM,S, Raaste, Kurkkusalaatti, Sinappi ja Ketsuppi HERUKKAKIISSELI M, G Porkkanapökky ja Ruisleipä</p>	<p>JOGURTTI L/ MUROT JA MAITO Tuorekurkku, Mustikoita, Vaalea leipä OHRASUURIMOPUURO K,L,KM,S JA MARJAKIISSELI K,G,M,KM,S Tuorepala, Kinkkuleikkele, Pehmeä leipä OHUKAINEN L + HILLO Kurkku ja Ruisleipä</p>	<p>VEHNÄHIUTALEPUURO L Tuorekurkku, Mustikoita, Vaalea leipä PINAATTIOHUKKAAT K,L,S/ KASVISPIHVI/ -PYÖRYKKÄ Perunasose Raaste, Raejuusto, Puolukkahillo MUSTAHERUKKAKIISSELI G, M Juusto, Porkkanapökky ja Ruisleipä</p>
<p>PERJANTAI</p> <p>LOUNAS</p> <p>VÄLIPALA</p>	<p>RUISHIUTALEPUURO M Tomaatti, Mangosose, Vaalea leipä, Hapankorppu JAUHELIIHAKKEITTO G,M,KM,S/ LIHAPULLAKEITTO G,M,KM TOMAATTILINSSIKEITTO K,G,L,KM,S Juusto L, Tuorepala, Pehmeä leipä RUIS-MUSTIKKAPUURO M Kurkku ja Ruisleipä</p>	<p>RUISHIUTALEPUURO M Tomaatti, Mangosose, Vaalea leipä, Hapankorppu HERNEKEITTO G, M,KM KASVISHERNEKEITTO K,G,M,KM,S Juusto L, Tuorepala, Sinappi, Pehmeä leipä MARJAJOGURTTI L Tomaatti ja Ruisleipä</p>	<p>RUISHIUTALEPUURO M Tomaatti, Mangosose, Vaalea leipä, Hapankorppu PINAATTIKEITTO K,G,L,KM,S Tuorepala Kananmuna Riisipiirakka L JAUHELIIHAPIZZA L JA MEHUKEITTO M, G Kurkku</p>	<p>RUISHIUTALEPUURO M Tomaatti, Mangosose, Vaalea leipä, Hapankorppu KAHDEN KALAN KEITTO G,M,KM,S VALKOPAPU- JUURESOSEKEITTO VEGE,G Tuorepala Pehmeä leipä VATKATTU MUSTIKKAPUURO M Tomaatti, Juusto ja Ruisleipä</p>	<p>RUISHIUTALEPUURO M Tomaatti, Mangosose, Vaalea leipä, Hapankorppu LOHIKEITTO G,L,KM,S KUKKAKAALI- PORKKANASOSEKEITTO K,G,L,KM,S Juusto, Tuorepala, Pehmeä leipä VATKATTU MANSIKKAPUURO M Kurkku ja Ruisleipä</p>

Aamupalaan, lounaaseen ja välipalaan kuuluu ruokajuoma, leipä ja levite. Ruokalistamuutokset mahdollisia
K=Kasvisruoka vaihtoehto L = Laktoositon G = Gluteeniton S=Sianlihaton M = Maidoton KM= Kananmunaton