

Utajärven kunnan päivähoidon aamu- ja välipalalista kevät 2018

Vko	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
① 5,12,19 26	Aamupala: Neljänviljan puuro leipä, levite, juusto, tuorekurkku	Aamupala: Kaurapuuro leipä, levite, makkara, tomaatti, porkkana	Aamupala: Ruishiutalepuuro leipä, levite, kinkku, paprika hedelmiä	Aamupala: Hiutalepuuro leipä, levite, makkara, kurkku	Aamupala: Jauhoppuuro, leipä,levite, juusto,tomaatti, hedelmiä
	Välipala: leipä, levite,leikkele, tuorelisä, karjalan-/coctailpiirakat, kiisseli	Välipala: leipä, levite, leikkele, tuorelisä, Aurinkokiisseli	Välipala: leipä, levite, leikkele, tuorelisä, Hedelmäsalaatti	Välipala: leipä, levite, leikkele, tuorelisä, Marjaherkku	Välipala: leipä,leikkele, tuorelisä, Marjaisakiisseli
② 6,13,20 27	Aamupala: Kaurapuuro leipä, levite, makkara,tomaatti Hedelmiä	Aamupala: Neljänviljan puuro sämpylä, levite, makkara,kurkku Porkkana	Aamupala: Mannapuuro leipä, levite,juusto,kurkku	Aamupala: Ruishiutalepuuro leipä, levite, maksamakkara, tomaatti, hedelmiä	Aamupala: Vehnähiutalepuuro sämpylä, kananmuna,paprika
	Välipala: leipä, levite, juusto, tuorelisä, Annosvälipala/makuviihi	Välipala: ruissämpylä, levite, makkara, Karhunvadelmakiisseli, karjalanpiira	Välipala: leipä, levite, kinkku, tuorelisä, Mansikkakiisseli	Välipala: leipä, levite, juusto, tuorelisä, Vatkattu hedelmäpuuro	Välipala: Talon tapan
③ 7,14,21 28	Aamupala: Vehnähiutalepuuro leipä, levite, makkara, kurkku	Aamupala: Hiutalepuuro, sämpylä, levite, juusto, kurkku juurespala	Aamupala: Neljänviljanpuuro, leipä, levite, makkara, hedelmiä	Aamupala: Grahampuuro maitoon leipä, levite, kinkku, kurkku	Aamupala: Ruishiutalepuuro, sämpylä, levite, maksamakkara paprika
	Välipala: Patonki, levite, makkara, kurkku Trooppinen hedelmäkiisseli	Välipala: leipä, levite, juusto, tuorelisä Mehukeitto,murot, pizzapala	Välipala: leipä, levite, makkara, tuorelisä, Marjaraekuuro/-piristys	Välipala: leipä, levite, kinkku, tuorelisä, Jogurtti litran purkissa	Välipala: leipä, levite, juusto, juurespala Vatkattu mustaherukkapuuro
④ 8,15,22 29	Aamupala: Ruishiutalepuuro leipä, levite, makkara,tuorekurkku	Aamupala: Vehnähiutalepuuro sämpylä, levite, juusto, porkkanapala	Aamupala: Hiutalepuuro, leipä, levite, kinkku, tuorekurkku,	Aamupala: Kaurapuuro leipä, levite, juusto, tomaatti, Hedelmiä	Aamupala: Jauhoppuuro, sämpylä, kananmuna, paprika
	Välipala: leipä, levite, kinkku, tuorelisä, Vanilja-/paahtokiisseli+hillo, coctail	Välipala: sämpylä, levite, makkara, tuorelisä, Hedelmäsalaatti	Välipala: leipä, levite, juusto, tuorelisä, Mansikka-vadelmakiisseli	Välipala: leipä, levite, kinkku, tuorelisä, Mehukeitto ja murot	Välipala: patonki, juustolevite, tuorelisä Marjarahka

Utajärven kunnan päivähoidon aamu- ja välipalalista kevät 2018

⑤ 2,9,16 30	Aamupala: Kaurapuuro, leipä, levite, juusto, tuorekurkku hedelmiä	Aamupala: Grahampuuro sämpylä, levite, makkara, tomaatti juurespala	Aamupala: Neljänviljanpuuro, leipä, levite, lihaleikkele, paprika	Aamupala: Ruishiutalehiutalepuuro, leipä, levite, makkara,tomaatti hedelmiä	Aamupala: Vehnähiutalepuuro. patonki, sulatejuusto,levite, tuorekurkku
	Välipala: leipä, levite, kinkku, tuorelisä, Ruusunmarja-banaanikiiseli	Välipala: sämpylä, levite, juusto, tuorelisä, Vadelmakiiseli	Välipala: leipä, levite, makkara, tuorelisä, Annosvälipala	Välipala: leipä, levite, kinkku, tuorelisä, Ohukkaat & hillo	Välipala: patonki, tuorejuusto,tuorelisä Appelsiiniikiiseli
⑥ 3,10,17 31	Aamupala: Neljänviljanpuuro, leipä, levite, kinkku, Porkkanapalat	Aamupala: Kaurapuuro sämpylä, levite, juusto,	Aamupala: Jauhoppuuro, leipä, levite, makkara, tuorekurkku, Hedelmiä	Aamupala: Ruishiutalepuuro, leipä, levite, kinkku,	Aamupala: Vehnähiutalepuuro, leipä, levite, kananmuna, Juurespala
	Välipala: leipä, levite, kinkku, tuorelisä, Boysenmarjakiiseli	Välipala: sämpylä, levite, juusto, tuorelisä, Hedelmäsalaatti	Välipala: leipä, levite, makkara, tuorelisä, Jäätelö	Välipala: leipä, levite, juusto, tuorelisä, Aprikoosikiiseli	Välipala: patonki, kinkku,levite,tuorelisä Jogurtti litran purkissa
⑦ 4,11,18 32	Aamupala: Kaurapuuro, leipä, levite, juusto,	Aamupala: Mannapuuro ruissämpylä, levite, makkara, hedelmiä	Aamupala: Neljänviljan puuro leipä, levite, lihaleikkele, tuorekurkku	Aamupala: Vehnähiutalepuuro, leipä, levite, juusto, tuorekurkku porkkanapala	Aamupala: Ruishiutalepuuro, sämpylä, maksamakkara,paprika
	Välipala: leipä, levite, kinkku, tuorelisä, Marjaisa kiiseli	Välipala: leipä, levite, juusto, tuorelisä, Grahamlihapiiirakka	Välipala: leipä, levite, makkara, tuorelisä, Vatkattu marjapuuro	Välipala: leipä, levite, kinkku, tuorelisä, Hedelmärahka	Välipala: patonki, tuorejuustolevite, Porkkanaohukkaat ja hillo

Aamupalalla ja välipalalla vaihdellen erilaisia leipävaihtoehtoja.

Ruokajuomana maito, piimä, vesi

Aamupalalla ja välipalalla vaihdellen tuorelisää satokauden mukaan.

Erytisyruokavaliot huomioidaan

Muutokset mahdollisia