

UTAJÄRVEN KOULUN JA VARHAISKASVATUKSEN AAMU- JA VÄLIPALALISTA SYKSY 2025

VKO/PV	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
I 32/4.8. 38/15.9. 44/27.10. 50/8.12.	Aamupala: Vehnähiutalepuuro • tuorekurkku Välipala: • vaniljajogurttirahka • tuorekurkku	Aamupala: Kaurapuuro • juusto • tomaatti Välipala: • ruusunmarjakiisseli • banaani	Aamupala: Riisihiutalepuuro • juurespala Välipala: • kuningatarkiisseli • juurespala	Aamupala: Neljän viljan puuro • paprika Välipala: • pannukakku ja hillo	Aamupala: Ruishiutalepuuro • marjasekoitus Välipala: • vispipuuro
II 33/11.8. 39/22.9. 45/3.11. 51/15.12.	Aamupala: Kaurapuuro • juusto • tomaatti Välipala: • smoothie • tomaatti	Aamupala: Kahden viljan puuro • hedelmä Välipala: • karhunvatukka- kiisseli	Aamupala: Vehnähiutalepuuro • paprika Välipala: • marjat & vaniljakastike • paprika	Aamupala: Ruishiutalepuuro • kananmuna • tuorekurkku Välipala: • porkkanalettuset • tuorekurkku	Aamupala: Riisihiutalepuuro • vesimelonikolmio Välipala: • mansikka- raparperikiisseli
III 34/18.8. 40/29.9. 46/10.11. 52/22.12.	Aamupala: Neljän viljan puuro • juusto • tuorekurkku Välipala: • luonnonjogurtti • tuorekurkku	Aamupala: Kaurapuuro • tomaatti Välipala: • hedelmäsalaatti • tomaatti	Aamupala: Mannapuuro • hedelmä Välipala: • aprikoosikiisseli • juusto	Aamupala: Vehnähiutalepuuro • juurespala Välipala: • marjarahka • juurespala	Aamupala: Ruishiutalepuuro • paprika Välipala: • vadelmavanukas • paprika
IV 35/25.8. 41/6.10. 47/17.11. 1/29.12.	Aamupala: Riisihiutalepuuro • kirsikkatomaatti Välipala: • mehukeitto & murot • kirsikkatomaatti	Aamupala: Ruishiutalepuuro • juusto • viinirypäle Välipala: • mangokiisseli • viinirypäle	Aamupala: Vehnähiutalepuuro • tuorekurkku Välipala: • ohukkaat ja hillo	Aamupala: Kaurapuuro • vesimelonikolmio Välipala: • marjaherkku	Aamupala: Kahden viljan puuro • paprika Välipala: • riisipiirakka • juusto • paprika
V 36/1.9. 42/13.10. 48/24.11.	Aamupala: Ruishiutalepuuro • tuorekurkku Välipala: • hedelmäkiisseli • tuorekurkku	Aamupala: Mehukeitto & murot • paprika Välipala: • pizzapala • paprika	Aamupala: Neljän viljan puuro • kananmuna Välipala: • vadelmakiisseli	Aamupala: Vehnähiutalepuuro • juusto • juurespala Välipala: • vanukas	Aamupala: Kaurapuuro maitoon • vesimelonikolmio Välipala: • raikas jogurtti- hedelmävahto
VI 37/8.9. 43/20.10. 49/1.12.	Aamupala: Kahden viljan puuro • juusto • hedelmä Välipala: • kappalehyvä	Aamupala: Mannapuuro • marjasose Välipala: • sämpylä • kaakao • tuorepala	Aamupala: Kaurapuuro • paprika Välipala: • vaniljakiisseli • paprika	Aamupala: Neljän viljan puuro • kirsikkatomaatti Välipala: • mustikkakiisseli • kirsikkatomaatti	Aamupala: Ruishiutalepuuro • tuorekurkku Välipala: • lihapasteija • tuorekurkku

Välipalat sisältävät leivän, ravintorasvan ja ruokajuoman (maito, piimä tai vesi).

Hyvää ruokahalua!