

UTAJÄRVEN VARHAISKASVATUKSEN AAMU- JA VÄLIPALALISTA KEVÄT 2026

VKO/PV	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
I 4/19.1. 10/2.3. 16/13.4. 22/25.5.	Aamupala: Vehnähiutalepuuro • tuorekurkku Välipala: • mehukeitto & murot • tuorekurkku	Aamupala: Kaurapuuro • tomaatti, juusto Välipala: • vispipuuro • tomaatti	Aamupala: Riisihiutalepuuro • paprika Välipala: • kuningatarkiisseli • paprika	Aamupala: Neljän viljan puuro • juurespala Välipala: • pannukakku ja hillo	Aamupala: Ruishiutalepuuro • marjasekoitus Välipala: • jogurtti-hedelmävahto
II 5/26.1. 11/9.3. 17/20.4.	Aamupala: Kaurapuuro • tomaatti Välipala: • vaniljajogurttirahka • tomaatti	Aamupala: Kahden viljan puuro • tuorekurkku Välipala: • riisipiirakka, juusto • tuorekurkku	Aamupala: Vehnähiutalepuuro • hedelmä Välipala: • mansikkakiisseli • paprika	Aamupala: Ruishiutalepuuro • kananmuna, paprika Välipala: • porkkanalettuset	Aamupala: Riisihiutalepuuro • vesimelonikolmio Välipala: • sämpylä & kaakao • tuorepala
III 6/2.2. 12/16.3. 18/27.4.	Aamupala: Neljän viljan puuro • tuorekurkku Välipala: • kappalehyvä • tuorekurkku	Aamupala: Kaurapuuro • paprika Välipala: • tomaattifocaccia	Aamupala: Mannapuuro • kirsikkatomaatti Välipala: • appelsiinikiisseli • juusto	Aamupala: Vehnähiutalepuuro • juurespala Välipala: • mustikkakiisseli • juurespala	Aamupala: Ruishiutalepuuro • tomaatti Välipala: • vadelmavanukas • tomaatti
IV 7/9.2. 13/23.3. 19/4.5.	Aamupala: Riisihiutalepuuro • tuorekurkku Välipala: • marjarahka	Aamupala: Ruishiutalepuuro • viinirypäleet Välipala: • mangokiisseli • viinirypäleet	Aamupala: Vehnähiutalepuuro • tomaatti, juusto Välipala: • marjat & van.kastike	Aamupala: Kaurapuuro • vesimelonikolmio Välipala: • porkkana-grahampiirakka • tuorepala	Aamupala: Kahden viljan puuro • paprika Välipala: • ruusunmarjakiisseli & banaania
V 2/5.1. 8/16.2. 14/30.3. 20/11.5.	Aamupala: Ruishiutalepuuro • paprika Välipala: • hedelmäsmoothie • paprika	Aamupala: Mehukeitto & murot • tuorekurkku Välipala: • pizzapala • tuorekurkku	Aamupala: Neljän viljan puuro • kananmuna Välipala: • mansikka-vadelmakiisseli	Aamupala: Vehnähiutalepuuro • juurespala Välipala: • vaniljakiisseli	Aamupala: Kaurapuuro maitoon • tomaatti Välipala: • hedelmäsalaatti • juusto
VI 3/12.1. 9/23.2. 15/6.4. 21/18.5.	Aamupala: Kahden viljan puuro • hedelmä Välipala: • luonnonjogurtti	Aamupala: Mannapuuro • marjasose Välipala: • ohukkaat & hillo • tuorepala	Aamupala: Kaurapuuro • paprika Välipala: • karhunvadelmakiisseli • paprika, juusto	Aamupala: Neljän viljan puuro • tuorekurkku Välipala: • lihapasteija • tuorekurkku	Aamupala: Ruishiutalepuuro • kirsikkatomaatti Välipala: • viilis • kirsikkatomaatti

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

Hyvää ruokahalua!

