

UTAJÄRVEN VARHAISKASVATUKSEN AAMU- JA VÄLIPALALISTA, SYKSY 2026

VKO/PV	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
VKO 1 33/ 10.8 39/ 21.9 45/ 2.11 51/14.12	Aamupala: Vehnähiutalepuuro • tuorekurkku Välipala: • jogurtsmoothie • tuorekurkku	Aamupala: Kaurapuuro • tomaatti Välipala: • pannukakku+hillo	Aamupala: Riisihiutalepuuro maitoon • juurespala Välipala: • kuningatarkiisseli • juurespala, juusto	Aamupala: Neljän viljan puuro • paprika, juusto Välipala: • kappalehyvä • paprika	Aamupala: Kaurapuuro • vadelmainen omenasose Välipala: • mehukeitto & murot • tuorekurkku
VKO 2 34 / 17.8 40 / 28.9 46 / 9.11 52/21.12	Aamupala: Kaurapuuro • tomaatti Välipala: • satukimara	Aamupala: Ruishiutalepuuro • hedelmä Välipala: • porkkanalettuset • hedelmä	Aamupala: Vehnähiutalepuuro • paprika, juusto Välipala: • mansikkakiisseli • paprika	Aamupala: Kahden viljan puuro • tuorekurkku Välipala: • riisipiirakka, juusto • tuorekurkku	Aamupala: Ohrahiutalepuuro maitoon • vesimelonikolmio Välipala: • Viilis • vesimelonikolmio
VKO 3 35/ 24.8 41/ 5.10 47/16.11 53/28.12	Aamupala: Neljän viljan puuro • kirsikkatomaatti Välipala: • mansikka+mustikka & vaniljakastike	Aamupala: Kaurapuuro • tuorekurkku Välipala: • lihapasteija • tuorekurkku	Aamupala: Riisihiutalepuuro maitoon • tomaatti Välipala: • trooppinen hedelmäkiisseli • tomaatti, juusto	Aamupala: Vehnähiutalepuuro • juurespala, juusto Välipala: • ohukkaat ja hillo • juurespala	Aamupala: Kaurapuuro • hedelmä Välipala: • raikas mustikkavaahto • tomaatti
VKO 4 36/ 31.8 42/12.10 48/23.11	Aamupala: Ruishiutalepuuro • tuorekurkku Välipala: • ruusunmarja-päärynäkiisseli • tuorekurkku, juusto	Aamupala: Kaurapuuro • paprika, juusto Välipala: • nakkihodari • paprika	Aamupala: Vehnähiutalepuuro • tomaatti, kananmuna Välipala: • suklaakiisseli	Aamupala: Riisihiutalepuuro maitoon • banaanisose Välipala: • marjarahka • tuorepala	Aamupala: Kaurapuuro • viinirypäleet Välipala: • sämpylä ja kaakao • viinirypäleet
VKO 5 37/7.9 43/19.10 49/30.11	Aamupala: Kahden viljan puuro • vesimelonikolmio Välipala: • mustikkakiisseli • vesimelonikolmio, juusto	Aamupala: Kaurapuuro maitoon • kurkkutikut Välipala: • luonnonjogurtti • kurkkutikut	Aamupala: Neljän viljan puuro • paprika, juusto Välipala: • aprikoosikiisseli • paprika	Aamupala: Mehukeitto & murot • tuorekurkku Välipala: • pizzapala • tuorekurkku	Aamupala: Vehnähiutalepuuro • tomaatti Välipala: • vaniljajogurttirahka
VKO 6 38/14.9 44/26.10 50/ 7.12	Aamupala: Kahden viljan puuro • kirsikkatomaatti Välipala: • puolukka-omenakiisseli	Aamupala: Ohrahiutalepuuro maitoon • marjasose Välipala: • jogurttijuoma	Aamupala: Kaurapuuro • paprika Välipala: • vadelmakiisseli • paprika, juusto	Aamupala: Neljän viljan puuro • tuorekurkku,juusto Välipala: • hedelmäsmoothie • tuorekurkku	Aamupala: Ruishiutalepuuro • tomaatti Välipala: • hedelmä • tomaatti

Sisältää leivän, ravintorasvan ja ruokajuoman (maito, piimä tai vesi). Hyvää ruokahalua!

