

Utajärven kunnan päivähoiton aamu- ja välipalalista kevätlukukausi 2019

Vko	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
① 8,15,22, 29	Aamupala: Neljänviljan puuro leipä, levite, juusto, tuorekurkku Välipala: leipä, levite, leikkele, tuorelisä, karjalan-/coctailpiirakat, kiisseli	Aamupala: Kaurapuuro leipä, levite, makkara, tomaatti, porkkana Välipala: leipä, levite, leikkele, tuorelisä, Aurinkokiisseli	Aamupala: Ruishiutalepuuro leipä, levite, kinkku, paprika Välipala: leipä, levite, leikkele, tuorelisä, Marjat ja kastike	Aamupala: Kahdenviljanpuuro leipä, levite, makkara, kurkku hedelmiä Välipala: leipä, levite, leikkele, tuorelisä, Grahampiirakka, mehukeitto	Aamupala: Riishiutalepuuro leipä, levite, juusto, tomaatti, Välipala: leipä, leikkele, tuorelisä, Marjaisakiisseli
② 2,9,16, 23, 30	Aamupala: Kaurapuuro leipä, levite, makkara, tomaatti Hedelmiä Välipala: leipä, levite, juusto, tuorelisä, mehukeitto ja täysjyvämurot	Aamupala: Ruishiutalepuuro sämpylä, levite, makkara, kurkku juurespala Välipala: ruissämpylä, levite, makkara, Vatkattu hedelmäpuuro	Aamupala: Kahdenviljan puuro leipä, levite, juusto, kurkku Välipala: leipä, levite, kinkku, tuorelisä, Annosvälipala	Aamupala: Riishiutalepuuro leipä, levite, maksamakkara, tomaatti, hedelmiä Välipala: leipä, levite, juusto, tuorelisä, Mustikkakiisseli	Aamupala: Vehnähiutalepuuro sämpylä, kananmuna, paprika Välipala: leipä, leikkele, makkara, tuorelisä Ruusunmarjakiisseli
③ 3,10,17, 24,31	Aamupala: Neljänviljan puuro leipä, levite, makkara, kurkku Välipala: Patonki, levite, makkara, kurkku Trooppinen hedelmäkiisseli	Aamupala: Kaurapuuro sämpylä, levite, juusto, kurkku juurespala Välipala: leipä, levite, juusto, tuorelisä Mansikkakiisseli	Aamupala: Ruishiutalepuuro leipä, levite, makkara, hedelmiä Välipala: leipä, levite, makkara, tuorelisä, Soppa ja murot	Aamupala: Vehnähiutalepuuro leipä, levite, kinkku, kurkku Välipala: leipä, levite, kinkku, tuorelisä, Marjat ja kastike	Aamupala: Riishiutalepuuro sämpylä, levite, maksamakkara paprika Välipala: leipä, levite, juusto, juurespala Vatkattu marjapuuro
④ 4,11,18,	Aamupala: Ruishiutalepuuro leipä, levite, makkara, tuorekurkku Välipala: leipä, levite, kinkku, tuorelisä, Mansikka-vadelmäkiisseli	Aamupala: Kahdenviljanpuuro sämpylä, levite, juusto, porkkanapala Välipala: sämpylä, levite, makkara, tuorelisä, Hedelmäsalaatti/Reilun kaupan ban	Aamupala: Riishiutalepuuro leipä, levite, kinkku, tuorekurkku, Välipala: leipä, levite, juusto, tuorelisä, Vanilja-/paahtokiisseli + hillo	Aamupala: Kaurapuuro leipä, levite, juusto, tomaatti, Hedelmiä Välipala: leipä, levite, kinkku, tuorelisä, Marjarahka	Aamupala: Vehnähiutalepuuro sämpylä, kananmuna, paprika Välipala: sämpylä, juustolevite, tuorelisä Aurinkoinen mangokiisseli

Utajärven kunnan päivähoidon aamu- ja välipalalista kevätlukukausi 2019

⑤ 5,12,19, 26,33	Aamupala: Kaurapuuro leipä, levite, juusto, tuorekurkku hedelmiä	Aamupala: Vehnähiutalepuuro sämpylä, levite, makkara, tomaatti Juures	Aamupala: Neljänviljan puuro leipä, levite, lihaleikkele, paprika	Aamupala: Ruishiutalepuuro leipä, levite, makkara, tomaatti hedelmiä	Aamupala: Vehnähiutalepuuro patonki, sulatejuusto, levite, tuorekurkku
	Välipala: leipä, levite, kinkku, tuorelisä, Appelsiini kiisseli	Välipala: sämpylä, levite, juusto, tuorelisä, Vadelmakiisseli	Välipala: leipä, levite, makkara, tuorelisä, Annosvälipala	Välipala: leipä, levite, kinkku, tuorelisä, Ohukkaat & hillo	Välipala: patonki, tuorejuusto, tuorelisä Viinimarjakiisseli
⑥ 6,13,20, 27	Aamupala: Neljänviljan puuro leipä, levite, kinkku,	Aamupala: Kaurapuuro sämpylä, levite, juusto, hedelmiä	Aamupala: Riisihiutalepuuro leipä, levite, makkara, tuorekurkku,	Aamupala: Ruishiutalepuuro leipä, levite, kinkku, Juurespala	Aamupala: Vehnähiutalepuuro leipä, levite, kananmuna,
	Välipala: leipä, levite, kinkku, tuorelisä, Boysenmarjakiisseli	Välipala: sämpylä, levite, juusto, tuorelisä, Jäätelö	Välipala: leipä, levite, makkara, tuorelisä, Hedelmäsalaatti/Reilun kaupan ban	Välipala: leipä, levite, juusto, tuorelisä, Aprikoosikiisseli	Välipala: patonki, kinkku, levite, tuorelisä Jogurtti litran purkissa
⑦ 7,14,21, 28	Aamupala: Kaurapuuro leipä, levite, juusto, kurkku	Aamupala: Riisihiutalepuuro ruissämpylä, levite, makkara, tomaatti hedelmiä	Aamupala: Neljänviljan puuro leipä, levite, lihaleikkele, tuorekurkku	Aamupala: Vehnähiutalepuuro leipä, levite, juusto, tomaatti porkkanapala	Aamupala: Ruishiutalepuuro sämpylä, maksamakkara, paprika
	Välipala: leipä, levite, kinkku, tuorelisä, Marjaisakiisseli	Välipala: leipä, levite, makkara, tuorelisä, Pizzapala, mehukeitto	Välipala: leipä, levite, juusto, tuorelisä, Hedelmärahka	Välipala: leipä, levite, kinkku, tuorelisä, Ruusunmarja-banaanikiisseli	Välipala: patonki, tuorejuustolevite, Porkkanaohukkaat ja hillo

Aamupalalla ja välipalalla vaihdellen erilaisia leipävaihtoehtoja.

Ruokajuomana maito, piimä, vesi

Aamupalalla ja välipalalla vaihdellen tuorelisää satokauden mukaan.

Erityisruokavaliot huomioidaan

Muutokset mahdollisia