**Viikko 1 Rautjärven kunnan varhaiskasvatuksen ruokalista syksy 2024**

**viikot 32,37,42,47**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Aamupala | Lounas | Välipala |
| Ma | 5.89.914.1018.11 | Kaurahiutalepuuroamarjakeittoa | **Uunimakkaraa**perunasosettasalaattiasinappia ja ketsuppia | Perunalepuskaleikkelehedelmä |
| Ti | 6.810.915.1019.11 | Neljänviljanpuuroakananmunaa | **Lohikeittoa**leipäävihannes | Jogurttiavihannes |
| Ke | 7.811.916.1020.11 | Ruishiutalepuuroahedelmäsosetta | **Kasvislasagnettea**salaattia | Riisipiirakkajuustovihannes |
| To | 8.812.917.1021.11 | Neljänviljanpuuroaleikkelevihannes | **Broileri-nuudelikeittoa**kaura-porkkanaleipäävihannes | Suklaakiisseliä |
| Pe | 9.813.918.1022.11 | Murojamaitoavihannes | **Lihapyöryköitä**perunaa, kastikettasalaattia | Vadelmakiisseliä |

Kaikilla aterioilla on tarjolla leipää, kasvisrasvalevitettä, maitoa ja piimää.

Ruokalistamuutokset mahdollisia.

**Viikko 2 Rautjärven kunnan varhaiskasvatuksen ruokalista syksy 2024**

**viikot 33, 38, 43, 48**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Aamupala | Lounas | Välipala |
| Ma | 12.816.921.1025.11 | Ruishiutalepuuroahedelmäsosetta | **Makkarakastiketta**perunaasalaattia | Jogurttialeipää |
| Ti | 13.817.922.1026.11 | Neljänviljanpuuroajuustoavihannes | **Kalamurekepihvejä**kylmäkastikeperunaasalaattia | Sämpylävihannesleikkele |
| Ke | 14.818.923.1027.11 | Kaurahiutalepuuroavihannes | **Makaroni-jauhelihalaatikkoa**ketsuppiasalaattia | Hedelmäkiisseliä |
| To | 15.819.924.1028.11 | Murojamaitoaleikkelettä | **Ohrapuuroa**marjakeittoagraham-lihapiirakkavihannes | Porkkanaohukainentuoremarjasosetta |
| Pe | 16.820.925.1029.11 | Ruishiutalepuuroajuustoavihannes | **Riistakiusausta**salaattia | Marjakiisseliä |

Kaikilla aterioilla on tarjolla leipää, kasvisrasvalevitettä, maitoa ja piimää.

Ruokalistamuutokset mahdollisia.

**Viikko 3 Rautjärven kunnan varhaiskasvatuksen ruokalista syksy 2024**

**viikot 34, 39, 44, 49**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Aamupala | Lounas | Välipala |
| Ma | 19.823.928.102.12 | Neljänviljanpuuroahedelmäsosetta | **Kalastajanpyöryköitä**tillikastiketta, perunaasalaattia | Riisipiirakkajuusto |
| Ti | 20.824.929.103.12 | Kaurahiutalepuuroaleikkelettävihannes | **Jauhelihakeittoa**ruissämpyläjuurespala | Marja-leserahkaa |
| Ke | 21.825.930.104.12 | Ruishiutalepuuroavihannes | **Pinaattiohukainen**tuoremarjasurvosketsuppilohkoperuna,makaronisalaattia | Kaakaoleipäävihannesleikkele |
| To | 22.826.931.105.12 | Neljänviljanpuuroamarjakeittoa | **Hernekeittoa**leipää,juustoa, tomaattia | Ohukaisettuoremarjasosetta |
| Pe | 23.827.91.116.12 | weetabixmaitoavihannes | **Cappelin****broileripastavuokaa**salaattia | Suklaakiisseliä |

Kaikilla aterioilla on tarjolla leipää, kasvisrasvalevitettä, maitoa ja piimää.

Ruokalistamuutokset mahdollisia.

**Viikko 4 Rautjärven kunnan varhaiskasvatuksen ruokalista syksy 2024**

**viikot 35, 40, 45, 50**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Aamupala | Lounas | Välipala |
| Ma | 26.830.94.119.12 | Kaurahiutalepuuroavihannes | **Jauhelihakastiketta****pastaa****salaattia** | Sämpyläähedelmä |
| Ti | 27.81.105.1110.12 | Ruishiutalepuuroaleikkelettävihannes | **Kahden kalan keittoa****leipää****vihannes** | Marjakiisseliäkauranappileipää |
| Ke | 28.82.106.1111.12 | Neljänviljanpuuroahedelmäsosetta | **Kinkkukiusausta**salaattia | Marjapirtelöä |
| To | 29.83.107.1112.12 | Mannapuuroatuoremarjasosetta | **Quorn- kasvisvuokaa**salaattia | Pizzapalahedelmä |
| Pe | 30.84.108.1113.12 | Kaurahiutalepuuroakananmunaavihannes | **Broilerikastiketta**täysjyvä riisiämustaherukkahilloasalaattia | Ruisleipääjuustoahedelmä |

Kaikilla aterioilla on tarjolla leipää, kasvisrasvalevitettä, maitoa ja piimää.

Ruokalistamuutokset mahdollisia.

**Viikko 5 Rautjärven kunnan varhaiskasvatuksen ruokalista syksy 2024**

**viikot 36, 41, 46, 51**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Aamupala | Lounas | Välipala |
| Ma | 2.97.1011.1116.12 | Ruishiutalepuuroamarjakeitto | **Nakkikeittoa**leipäävihannes | Jogurttia |
| Ti | 3.98.1012.1117.12 | Neljänviljanpuuroajuustoavihannes | **Mantelikalaa**perunasosettasalaattia | Lihapiirakkajuurespala |
| Ke | 4.99.1013.1118.12 | Kaurahiutalepuuroaleikkeletäysmehua | **Kaalilaatikkoa**puolukkaa, porkkanaraastettaraejuustoa | Kaakaorouheleipäjuustohedelmä |
| To | 5.910.1014.1119.12 | Murojamaitoavihannes | **Riisipuuroa**marjakeittoaleipää, leikkele, vihannes | Sämpyläleikkelevihannes |
| Pe | 6.911.1020.1215.11 | Kaurapuuroahedelmäsosetta | **Jauheliha-pastavuokaa**salaattia | Hedelmäkiisseliä |

Kaikilla aterioilla on tarjolla leipää, kasvisrasvalevitettä, maitoa ja piimää.

Ruokalistamuutokset mahdollisia.