**Viikko 1 Rautjärven kunnan varhaiskasvatuksen ruokalista 2025**

**viikot 5, 10,15, 20**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Aamupala | Lounas | Välipala |
| Ma | 27.13.37.4 | Kaurahiutalepuuroamarjakeittoa | **Uunimakkaraa**perunasosettasalaattiasinappia ja ketsuppia | Perunalepuskaleikkelehedelmä |
| Ti | 28.14.38.4 | Neljänviljanpuuroakananmunaa | **Lohikeittoa**leipäävihannes | Jogurttiavihannes |
| Ke | 29.15.39.4 | Ruishiutalepuuroahedelmäsosetta | **Kasvislasagnettea**salaattia | Riisipiirakkajuustovihannes |
| To | 30.16.310.4 | Neljänviljanpuuroaleikkelevihannes | **Broileri-nuudelikeittoa**kaura-porkkanaleipäävihannes | Suklaakiisseliä |
| Pe | 31.17.311.4 | Murojamaitoavihannes | **Lihapyöryköitä**perunaa, kastikettasalaattia | Vadelmakiisseliä |

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

Ruokalistamuutokset mahdollisia.

**Viikko 2 Rautjärven kunnan varhaiskasvatuksen ruokalista 2025**

**viikot 6,11, 16, 21**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Aamupala | Lounas | Välipala |
| Ma | 3.210.314.419.5 | Ruishiutalepuuroahedelmäsosetta | **Makkarakastiketta**perunaasalaattia | Jogurttialeipää |
| Ti | 4.211.315.420.4 | Neljänviljanpuuroajuustoavihannes | **Kalamurekepihvejä**kylmäkastikeperunaasalaattia | Sämpylävihannesleikkele |
| Ke | 5.212.316.421.5 | Kaurahiutalepuuroavihannes | **Makaroni-jauhelihalaatikkoa**ketsuppiasalaattia | Hedelmäkiisseliäleipää |
| To | 6.213.317.422.5 | Murojamaitoaleikkelettä | **Ohrapuuroa**marjakeittoagraham-lihapiirakkavihannes | Porkkanaohukainentuoremarjasosetta |
| Pe | 7.214.318.423.5 | Ruishiutalepuuroajuustoavihannes | **Riistakiusausta**salaattia | Marjakiisseliäleipää |

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

Ruokalistamuutokset mahdollisia.

**Viikko 3 Rautjärven kunnan varhaiskasvatuksen ruokalista 2025**

**viikot 2, 7, 12, 17, 22**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Aamupala | Lounas | Välipala |
| Ma | 6.110.217.326.5 | Neljänviljanpuuroahedelmäsosetta | **Kalastajanpyöryköitä**tillikastiketta, perunaasalaattia | Riisipiirakkajuusto |
| Ti | 7.111.218.327.5 | Kaurahiutalepuuroaleikkelettävihannes | **Jauhelihakeittoa**ruissämpyläjuurespala | Marja-leserahkaa |
| Ke | 8.112.219.328.5 | Ruishiutalepuuroavihannes | **Pinaattiohukainen**tuoremarjasurvosketsuppilohkoperuna,makaronisalaattia | Kaakaoleipäävihannesleikkele |
| To | 9.113.220.329.5 | Neljänviljanpuuroamarjakeittoa | **Hernekeittoa**leipää,juustoa, tomaattia | Ohukaisettuoremarjasosetta |
| Pe | 10.114.221.330.5 | weetabixmaitoavihannes | **Cappelin****broileripastavuokaa**salaattia | Suklaakiisseliäleipää |

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

Ruokalistamuutokset mahdollisia.

**Viikko 4 Rautjärven kunnan varhaiskasvatuksen ruokalista 2025**

**viikot 3, 8, 13, 18**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Aamupala | Lounas | Välipala |
| Ma | 13.117.224.228.4 | Kaurahiutalepuuroavihannes | **Jauhelihakastiketta****pastaa****salaattia** | Sämpyläähedelmä |
| Ti | 14.118.225.229.4 | Ruishiutalepuuroaleikkelettävihannes | **Kahden kalan keittoa****leipää****vihannes** | Marjakiisseliäleipää |
| Ke | 15.119.226.230.4 | Neljänviljanpuuroahedelmäsosetta | **Kinkkukiusausta**salaattia | Marjapirtelöä |
| To | 16.120.227.21.4 | Mannapuuroatuoremarjasosetta | **Quorn- kasvisvuokaa**salaattia | Pizzapalahedelmä |
| Pe | 17.121.228.22.4 | Kaurahiutalepuuroakananmunaavihannes | **Broilerikastiketta**täysjyvä riisiämustaherukkahilloasalaattia | Ruisleipääjuustoahedelmä |

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

Ruokalistamuutokset mahdollisia.

**Viikko 5 Rautjärven kunnan varhaiskasvatuksen ruokalista 2025**

**viikot 4, 9, 14, 19**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Aamupala | Lounas | Välipala |
| Ma | 20.124.231.35.5 | Ruishiutalepuuroamarjakeitto | **Mantelikalaa**perunasosettasalaattia | Jogurttialeipää |
| Ti | 21.125.21.46.5 | Neljänviljanpuuroajuustoavihannes | **Nakkikeittoa**leipäävihannes | Lihapiirakkajuurespala |
| Ke | 22.126.22.47.5 | Kaurahiutalepuuroaleikkeletäysmehua | **Kaalilaatikkoa**puolukkaa, porkkanaraastettaraejuustoa | Kaakaorouheleipäjuustohedelmä |
| To | 23.127.23.48.5 | Murojamaitoavihannes | **Riisipuuroa**marjakeittoaleipää, leikkele, vihannes | Sämpyläleikkelevihannes |
| Pe | 24.128.24.49.5 | Kaurapuuroahedelmäsosetta | **Jauheliha-pastavuokaa**salaattia | Hedelmäkiisseliäleipää |

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

Ruokalistamuutokset mahdollisia.