



Setlementti  
Aurala

Auralan päiväkodin ruokalista  
Kiertävälista, kuudenviikon kierrolla.

**Viikko 1 (Alkaa viikosta 37)**

- MA      TONNIKALAPASTA JÄÄVUORI-HERNE-MAISSI  
TALON LEIPÄ LEIKKELE HEDELMÄ
- TI      BROILERKIUSAUS KIINANKAALI-PORKKANA  
SOIJAPALAKIUSAUS  
LUONNONJUGURTTI MARJASOSE RIISIKAKKU
- KE      MAKKARAKEITTO LEIPÄ  
SOIJAMAKKARAKEITTO  
MANNAPUURO
- TO      PINAATTILETUT JÄÄVUORI-RETIISI-KANANMUNA  
PUNAJUURIPIHVIT  
HERKKUPANNARI
- PE      KALKKUNAMUREKE UUNIJUUREKSET  
LINSSIMUREKE  
HEDELMÄSALAATTI HAPANKORPPU

Auralan päiväkodin ruokalista  
Kiertävälista, kuudenviikon kierrolla.

## Viikko 2

MA	NAUDANLIHAKASTIKE RIISI KIINANKAALI-PERSIKKA KIDNEYPAPUKASTIKE KARJALANPIIRAKKA MUNAVOI
TI	BROILER-PASTAPAISTOS JÄÄVUORI-KURKKU-VIINIRYPÄLE NUUDELI-KASVISWOKKI VUOKALEIPÄ JUUSTO HEDELMÄ
KE	KASVISSOSEKEITTO LEIPÄ SOIJAMAKKARAKEITTO VISPIPUURO
TO	UUNIKALA KASVISTÄYTE CANNELOONIT JÄÄVUORI-TOMAATTI SÄMPYLÄ LEIKKELE MEHUKEITTO
PE	JAUHELHAMUREKE KASVISMUREKE JÄÄVUORI-VESIMELONI PITZALEIPÄSET JUURESTIKUT



Auralan päiväkodin ruokalista  
Kiertävälista, kuudenviikon kierrolla.

### Viikko 3

- MA      BROILER-RIISIVUOKA  
TOFU-KASVIS-RIISIVUOKA  
JÄÄVUORI-ANANAS  
MARJARAHKA
- TI      TOMAATTINEN JAUHELHAKASTIKE  
TOMAATTINEN SOIJAROUHEKASTIKE  
UUNIJUUREKSET  
PINAATTIPANNARI
- KE      HERNEKEITTO  
KASVISHERNEKEITTO  
RIISIPUURO
- TO      LOHIPYÖRYKÄT JÄÄVUORI-TOMAATTI  
KIKHERNEPYÖRYKÄT  
JÄÄVUORI-KURKKU-PAPRIKA  
SÄMPYLÄ LEIKKELE
- PE      KINKKUKASVISKIUSAUS  
SOJAKASVISKIUSAUS  
JÄÄVUORI-HERNE-RAEJUUSTO  
KIISSELI VOILEIPÄKEKSI JUUSTO



Auralan päiväkodin ruokalista  
Kiertävälista, kuudenviikon kierrolla.

#### Viikko 4

MA      MAKKARAKASTIKE  
          SOIJAMAKKARAKASTIKE  
          JÄÄVUORI-KURKKU-MAISSI  
          YRTTILEIPÄ KANANMUNA

TI      TONNIKALAMAKARONILAATIKKO  
          KASVISMAKARONILAATIKKO  
          PORKKANARAASTE  
          LUONNONJOGURTTI MARJAT HAPANKORPPU

KE      BROILERKEITTO  
          VISPIPUURO

TO      LIHAPULLAT  
          SOIJAPAPUPYÖRYKÄT  
          KIINANKAALI-PUOLUKKA  
          VÄLIPALAJUOMA SÄMPYLÄ

PE      KASVISLASAGNE  
          JÄÄVUORI-TOMAATTI-FETA  
          PULLA HEDELMÄ

Auralan päiväkodin ruokalista  
Kiertävälista, kuudenviikon kierrolla.

## Viikko 5

MA KANAKASTIKE RIISI  
LINSSIKASTIKE  
JÄÄVUORI-MANDARIINI  
PORKKANALEIPÄ LEIKKELE

TI JAUHELHAKIUSAUS  
SOIJAKIUSAUS  
JÄÄVUORI-KURKKU-VIINIRYPÄLE  
KAURAOMENAPAISTOS

KE KALAKEITTO  
MANNAPUURO

TO KASVISPYÖRYKÄT  
JÄÄVUORI-MAUSTEKURKKU-PAPRIKA  
PORKKANAPANNARI

PE JAUHELHAPERUNASOSELAATIKKO  
PERUNASOSELAATIKKO  
UUNIJUUREKSET  
SUOLAINEN PIIRAKKA



Setlementti  
Aurala

Auralan päiväkodin ruokalista  
Kiertävälista, kuudenviikon kierrolla.

## Viikko 6

MA JAUHELIAKASTIKE PERUNA  
SOIJAKASVISKASTIKE  
JÄÄVUORI-PERSIKKA  
MONIVILJALEIPÄ HEDELMÄ

TI JUUSTOKALA  
PINAATTIPIHVIT  
JÄÄVUORI-HERNE-MAISSI-PAPRIKA

KE KASVISSOSEKEITTO  
RIISIPUURO

TO BROILERPYÖRYKKÄ  
LINSSIPYÖRYKKÄ  
JÄÄVUORI-TOMAATTI  
VÄLIPALAJUOMA AURINKOKUKKARUUDUT JUUSTO

PE JAUHELHAMAKARONILAATIKKO  
MAKARONILAATIKKO  
UUNIJUUREKSET  
SÄMPYLÄ LEIKKELE  
TUOREPALA