



Ruoka- ja
puhtauspalvelut

Mikkelin kaupunki, päivähoito

24.8. - 30.8.2020



Vko 35	MAANANTAI 24.8.	TIISTAI 25.8.	KESKIVIikko 26.8.	TORSTAI 27.8.	PERJANTAI 28.8.	LAUANTAI 29.8.	SUNNUNTAI 30.8.
AAMU-PALA	Luomu ohrahiutalepuuro Vadelmakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ruishiutalepuuro Keijusilmä L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu kaurahiutalepuuro Marjakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu vehnähiutalepuuro Mustikkasose/Mustikat Kasvis-/hedelmäpalat	Murot L,M Marjahillolisäke L,M,G Juusto L,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu 4-viljanpuuro L,M Hedelmäsoset L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Talon aamupala
LOUNAS	Suikalepossukastike L,G Peruna Amerikansalaatti-kurkkutomaattisalaatti L,M,G	Broileripastapaistos L Kuumennettu kasvis Jäävuori-porkkana-kurkkusalaatti L,M,G Salaattisiemensekoitus	Haukipyörökät L,G Tilli-kermakastike L,G Peruna Porkkana-kesäkurpitsapunakaalisalaatti L,M,G	Kaali-keitto L,M,G Sekavuokaleipä L,M Kurkku Kauraomenapaistos L ja Vaniljakastike L,G	Kinkkuperunavuoka L,G Kuumennettu kasvis Jäävuori-kurkku-hunajamelonisalaatti L,M,G	Kultainen kalkkuna-keitto L Talon leipä L,M Juusto L,G Tuore kasvis Hedelmälaajitelma	Appelsiini-lohi L,G Peruna Tuoresalaatti L,M,G
VÄLI-PALA	Mangokiisseli L,M,G Ruisleipä L,M Kurkku	Kaurapuikula L,M Juusto L,G; Paprika Hedelmä	Mustaherukkakiisseli L,M,G Täysjyväleipä L,M Tomaatti	Ruispala L,M Kanapalvileikkele L,M,G Kurkku Appelsiinimehu	Mansikkajogurtti L,G Sämpylä L,M Paprika	Kinkkupiiras L Mustikkakeitto L,M,G Tuore kasvis	Kuningatarkiisseli L,M,G Talon leipä L,M Tuore kasvis
PÄIVÄL-LINEN	Hernekeitto L,M,G Talon leipä L,M Juusto L,G Tuore kasvis Ohukaiset L ja hillo	Suikalepossukastike L,G Peruna Amerikansalaatti-kurkkutomaattisalaatti L,M,G	Broileripastapaistos L Kuumennettu kasvis Jäävuori-porkkana-kurkkusalaatti L,M,G Salaattisiemensekoitus	Haukipyörökät L,G Tilli-kermakastike L,G Peruna Porkkana-kesäkurpitsapunakaalisalaatti L,M,G	Kaali-keitto L,M,G Sekavuokaleipä L,M Kurkku Kauraomenapaistos L ja Vaniljakastike L,G	Kultainen kalkkuna-keitto L Talon leipä L,M Juusto L,G Tuore kasvis Hedelmälaajitelma	Appelsiini-lohi L,G Peruna Tuoresalaatti L,M,G
ILTA-PALA	Luomu ohrahiutalepuuro Vadelmakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ruishiutalepuuro Keijusilmä L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu kaurahiutalepuuro Marjakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu vehnähiutalepuuro Mustikkasose/Mustikat Kasvis-/hedelmäpalat	Murot L,M Marjahillolisäke L,M,G Juusto L,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu 4-viljanpuuro L,M Hedelmäsoset L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Talon iltapala

VL= vähälaktoosinen, L= laktoositon, M= maitoproteiiniton, G= keliakiaruokavalio, S= ei sisällä sianlihaa

Joka aterialla on tarjolla leipää, levitettä, maitoa ja piimää.



Sydänmerkki-ateria

Lihan alkuperämaa Suomi

Muutokset ruokalistaan mahdollisia. Ruokien tarkemmat aineosatiedot saat henkilökunnalta tai www.mikkeli.fi/ruokalistat



Ruoka- ja
puhtauspalvelut

Mikkelin kaupunki, päivähoito

31.8. - 6.9.-2020



Vko 36	MAANANTAI 31.8.	TIISTAI 1.9.	KESKIVIIKKO 2.9.	TORSTAI 3.9.	PERJANTAI 4.9.	LAUANTAI 5.9.	SUNNUNTAI 6.9.
AAMU-PALA	Luomu kaurahiutalepuuro Marjahillolisäke L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu vehnähiutalepuuro Keijusilmä L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ruishiutalepuuro Marjat Kasvis-/hedelmäpalat	Riisihiutalevelli L,G Hedelmäsose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu 4-viljanpuuro Mustikkakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ohrahiutalepuuro Marjahillo Kasvis-/hedelmäpalat	Talon aamupala
LOUNAS	Broilerikastike L,G Täysjyväohra L,M Kiinankaali-kurkku- tomaattisalaatti L,M,G	Liha-makaronipata L,M,S Kuumennettu kasvis Porkkana-raejuusto- salaatti L,G	Kolmen kalan keitto L,G Ruisleipä L,M Juusto L,G Tomaatti Hedelmä	Kebabkiausaus L,G,S Kuumennettu kasvis Kolmen kaalin salaatti L,M,G Salaattisiemensekoitus	Kasvispihvit L,G Juustokastike L,G Peruna Jäävuori-kurkku-paprika- salaatti L,M,G	Kuorrutettu kalavuoka L,G Perunasose L,G Tuoresalaatti L,M,G	Karjalanpaisti L,M,G Peruna Tuoresalaatti L,M,G
VÄLI-PALA	Ruusunmarjakiisseli L,M,G Perunarieska L,M Juusto L,G Kurkku	Hedelmäsalaatti L,M,G Kauraleipä L,M Tomaatti	Luumumannapuuro L,M Täysjyväleipä L,M (Talon) Paprika	Vadelmakiisseli L,M,G Ruisleipä L,M Kinkkuleikkele L,M,G Kurkku	Marjarahka L,G Sämpylä L,M Tomaatti	Marjasoothie L,M,G Ruispala L,M Juusto L,G Tuore kasvis	Päärynäkiisseli L,M,G Talon leipä L,M Tuore kasvis
PÄIVÄL-LINEN	Kinkkuperunavuoka L,G Kuumennettu kasvis Jäävuori-kurkku-hunaja- melonisalaatti L,M,G	Broilerikastike L,G Täysjyväohra L,M Kiinankaali-kurkku- tomaattisalaatti L,M,G	Liha-makaronipata L,M,S Kuumennettu kasvis Porkkana-raejuusto- salaatti L,G	Kolmen kalan keitto L,G Ruisleipä L,M Juusto L,G Tomaatti Hedelmä	Kebabkiausaus L,G,S Kuumennettu kasvis Kolmen kaalin salaatti L,M,G Salaattisiemensekoitus	Kuorrutettu kalavuoka L,G Perunasose L,G Tuoresalaatti L,M,G	Karjalanpaisti L,M,G Peruna Tuoresalaatti L,M,G
ILTA-PALA	Luomu kaurahiutalepuuro Marjahillolisäke L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu vehnähiutalepuuro Keijusilmä L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ruishiutalepuuro Marjat Kasvis-/hedelmäpalat	Riisihiutalevelli L,G Hedelmäsose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu 4-viljanpuuro Mustikkakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ohrahiutalepuuro Marjahillo Kasvis-/hedelmäpalat	Talon iltapala

VL= vähälaktoosinen, L= laktoositon, M= maitoproteiiniton, G= keliakiaruokavaltio, S= ei sisällä sianlihaa

Joka aterialla tarjolla leipää, levitettä, maitoa ja piimää.



Sydänmerkki-ateria

Lihan alkuperämaa Suomi

Muutokset ruokalistaan mahdollisia. Ruokien tarkemmat aineosatiedot saat henkilökunnalta tai www.mikkeli.fi/ruokalistat



Ruoka- ja
puhtauspalvelut

Mikkelin kaupunki, päivähoito

7.9. - 13.9.2020



Vko 37	MAANANTAI 7.9.	TIISTAI 8.9.	KESKIVIikko 9.9.	TORSTAI 10.9.	PERJANTAI 11.9.	LAUANTAI 12.9.	SUNNUNTAI 13.9.
AAMU-PALA	Luomu vehnähiutalepuuro Persikkasose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu kaurahiutalepuuro Mansikkasose/Mansikat Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ohrahiutalepuuro Mustikkakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Jogurtti L,G Täysjyvämurot L,M Banaaniviipaleet Tuore kasvis	Helmipuuro G Tai Talon puuro Marjahillolisäke L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ruishiutalepuuro Keijusilmä L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Talon aamupala
LOUNAS	Chili con Carne L,M,G,S Täysjyväriisi L,M,G Amerikansalaatti-kesäk- tomaattisalaatti L,M,G	Mantelikala L,M Perunasose L,G Porkkana-kyssäkaali- raaste L,M,G	Syksyinen kalkkuna- pata L,M,G Peruna Kiinankaali-kurkku-retiisi- salaatti L,M,G	Kinkkupastavuoka L Kuumennettu kasvis Punakaali-omena- salaatti L,M,G Salaattisemensekoitus	Porkkana-perunasose- keitto L,G Raejuusto L,G Ruispala L,M Kurkku Hedelmä	Kalaa sitruuna- kastikkeessa L,G Perunasose L,G Tuoresalaatti L,M,G	Porsaan kassleria kerma- kastikkeessa L,G Peruna Tuoresalaatti L,M,G
VÄLI-PALA	Ananaskiisseli L,M,G Riisipiirakka L Kurkku	Omenakiisseli L,M,G Ruisleipä L,M (Talon) Kalkkunaleikkele L,M,G Tomaatti	Mustikkajogurtti L,G Täysjyväleipä L,M Paprika	Kaakao L,G Sämpylä L,M Juusto L,G Kurkku	Talon välipala tai Mansikka-raparperi- vispipuuro L,M Kauraleipä L,M Tomaatti	Välipalapuuro Mango L,G Talon leipä L,M Tuore kasvis	Mustaherukka-vadelma- kiisseli L,M,G Talon leipä L,M Tuore kasvis
PÄIVÄL-LINEN	Kasvispihvit L,G Juustokastike L,G Peruna Jäävuori-kurkku-paprika- salatti L,M,G	Chili con Carne L,M,G,S Täysjyväriisi L,M,G Amerikansalaatti-kesäk- tomaattisalaatti L,M,G	Mantelikala L,M Perunasose L,G Porkkana-kyssäkaali- raaste L,M,G	Syksyinen kalkkuna- pata L,M,G Peruna Kiinankaali-kurkku-retiisi- salaatti L,M,G	Kinkkupastavuoka L Kuumennettu kasvis Punakaali-omena- salaatti L,M,G Salaattisemensekoitus	Kalaa sitruuna- kastikkeessa L,G Perunasose L,G Tuoresalaatti L,M,G	Porsaan kassleria kerma- kastikkeessa L,G Peruna Tuoresalaatti L,M,G
ILTA-PALA	Luomu vehnähiutalepuuro Persikkasose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu kaurahiutalepuuro Mansikkasose/Mansikat Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ohrahiutalepuuro Mustikkakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Jogurtti L,G Täysjyvämurot L,M Banaaniviipaleet Tuore kasvis	Helmipuuro G Tai Talon puuro Marjahillolisäke L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ruishiutalepuuro Keijusilmä L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Talon iltapala

VL= vähälaktoosinen, L= laktoositon, M= maitoproteiiniton, G= keliakiaruokavalio, S= ei sisällä sianlihaa

Joka aterialla tarjolla leipää, levitettä, maitoa ja piimää.



Sydänmerkki-ateria

Lihan alkuperämaa Suomi

Muutokset ruokalistaan mahdollisia. Ruokien tarkemmat aineosatiedot saat henkilökunnalta tai www.mikkeli.fi/ruokalistat

Vko 38	MAANANTAI 14.9.	TIISTAI 15.9.	KESKIVIikko 16.9.	TORSTAI 17.9.	PERJANTAI 18.9.	LAUANTAI 19.9.	SUNNUNTAI 20.9.
AAMU-PALA	Luomu vehnähiutalepuuro Keijusilmä L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu kaurahiutalepuuro Vadelmakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu 4-viljanpuuro L,M Aprikoosisose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Mannapuuro (sis. L ja G) tai Talon puuro Marjahillo L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ruishiutalepuuro Omenasose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Talon aamupala	Luomu ohrahiutalepuuro Mustikkasose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat
LOUNAS	Nautawokki L,M,G,S Täysjyväriisi L,M,G Kiinankaali-kurkkutomaattisalaatti L,M,G	Jauheliha-kasvis-lasagnette L,S Kuumennettu kasvis Kukkakaali-coleslaw L,M,G Salaattisemensekoitus	Broilerin jauheliha-keitto L,M,G Sämpylä L,M Kurkku Suklaapuuro L	Kirjolohi-/lohilaatikko L,G Kuumennettu kasvis Porkkana-retikka-raaste L,M,G	Lihapullat L,M Rosépippurikastike L,G Peruna Amerikansalaatti-kesäk-paprikasalaatti L,M,G	Sitruunainen kalaleike L,M Perunasose L,G Kuumennettu kasvis Tuoresalaatti L,M,G	Metsästäjän pata L,M,G Peruna Tuoresalaatti L,M,G
VÄLI-PALA	Sitruunakiisseli L,M,G Ruisleipä L,M (Talon) Kurkku	Herukkakiisseli L,M,G Hapankorput L,M Tomaatti	Kauraleipä L,M Juusto L,G; Kurkku Hedelmä	Marjakiisseli L,M,G Ruispala L,M Kinkkuleikkele L,M,G Tomaatti	Mangojogurtti L,G Täysjyväleipä L,M (Talon) Kurkku	Vadelmakiisseli L,M,G Talon leipä L,M Tuore kasvis	Perunarieska L,M Juusto L,G Tuore kasvis
PÄIVÄL-LINEN	Porkkana-perunasose-keitto L,G Raejuusto L,G Ruispala L,M Kurkku Hedelmä	Nautawokki L,M,G,S Täysjyväriisi L,M,G Kiinankaali-kurkkutomaattisalaatti L,M,G	Jauheliha-kasvis-lasagnette L,S Kuumennettu kasvis Kukkakaali-coleslaw L,M,G Salaattisemensekoitus	Broilerin jauheliha-keitto L,M,G Sämpylä L,M Kurkku Suklaapuuro L	Kirjolohi-/lohilaatikko L,G Kuumennettu kasvis Porkkana-retikka-raaste L,M,G	Sitruunainen kalaleike L,M Perunasose L,G Kuumennettu kasvis Tuoresalaatti L,M,G	Metsästäjän pata L,M,G Peruna Tuoresalaatti L,M,G
ILTA-PALA	Luomu vehnähiutalepuuro Keijusilmä L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu kaurahiutalepuuro Vadelmakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu 4-viljanpuuro L,M Aprikoosisose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Mannapuuro (sis. L ja G) tai Talon puuro Marjahillo L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ruishiutalepuuro Omenasose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Talon iltapala	Luomu ohrahiutalepuuro Mustikkasose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat

VL= vähälaktoosinen, L= laktoositon, M= maitoproteiiniton, G= keliakiaruokavalio, S= ei sisällä sianlihaa

Joka aterialla tarjolla leipää, levitettä, maitoa ja piimää.

 Sydänmerkki-ateria

Lihan alkuperämaa Suomi

Muutokset ruokalistaan mahdollisia. Ruokien tarkemmat ainesosatiedot saat henkilökunnalta tai www.mikkeli.fi/ruokalistat



Ruoka- ja
puhtauspalvelut

Mikkelin kaupunki, päivähoito

21.9. - 27.9.2020



Vko 39	MAANANTAI 21.9.	TIISTAI 22.9.	KESKIVIikko 23.9.	TORSTAI 24.9.	PERJANTAI 25.9.	LAUANTAI 26.9.	SUNNUNTAI 27.9.
AAMU-PALA	Luomu kaurahiutalepuuro Hedelmäsose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ruishiutalepuuro Keijusilmä L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ohrahiutalepuuro Mansikkasose/Mansikat Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu 4-viljan puuro Kananmuna Kasvis-/hedelmäpalat	Riisihiutalepuuro L,G Mustikkakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu vehnähiutalepuuro Persikkasose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Talon aamupala
LOUNAS	Kartanon kalkkuna- kastike L Täysjyväohra L,M Jäävuori-porkkana-kurkku- salaatti L,M,G	Makkarapihvit L,M,G Perunasose L,G Punakaali-omena- salaatti L,M,G	TexMex-keitto L,M,G,S Kaurainen sämpylä L,M Kurkku Hedelmärahka L,G	Kalapastavuoka L Kuumennettu kasvis Porkkana-puolukka- raaste L,M,G Salaattisiemensekoitus	Arabial. lihapata L,M,G,S Peruna Kaali-hunajameloni- salaatti L,M,G	Broilerikeitto L,M,G Perunarieska L,M Juusto L,G Tuore kasvis Välipalapuuro Mango L,G	Lihamureke L,M,G Sienikastike L,G Peruna Tuoresalaatti L,M,G
VÄLI-PALA	Persikkakiisseli L,M,G Täysjyväleipä L,M (Talon) Kurkku	Ruispala L,M Kanapalvileikkele L,M,G Tomaatti Hedelmä	MarjasMOOTHIE L,M,G Täysjyväleipä L,M Juusto L,G Kurkku- ja porkkanapölkkyt	Mustikkakiisseli L,M,G Moniviljaruutu L,M Kurkku	Päärynävanukas L,G Täysjyväleipä L,M (Talon) Hedelmälaitelma	Aprikoosikiisseli L,M,G Talon leipä L,M Tuore kasvis	Välipalajogurtti L,G Talon leipä L,M Tuore kasvis
PÄIVÄL-LINEN	Lihapullat L,M Rosépippurikastike L,G Peruna Amerikasalaatti-kesäk.- papurikasalaatti L,M,G	Kartanon kalkkuna- kastike L Täysjyväohra L,M Jäävuori-porkkana-kurkku- salaatti L,M,G	Makkarapihvit L,M,G Perunasose L,G Punakaali-omena- salaatti L,M,G	TexMex-keitto L,M,G,S Kaurainen sämpylä L,M Kurkku Hedelmärahka L,G	Kalapastavuoka L Kuumennettu kasvis Porkkana-puolukka- raaste L,M,G Salaattisiemensekoitus	Broilerikeitto L,M,G Perunarieska L,M Juusto L,G Tuore kasvis Välipalapuuro Mango L,G	Lihamureke L,M,G Sienikastike L,G Peruna Tuoresalaatti L,M,G
ILTA-PALA	Luomu kaurahiutalepuuro Hedelmäsose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ruishiutalepuuro Keijusilmä L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ohrahiutalepuuro Mansikkasose/Mansikat Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu 4-viljan puuro Kananmuna Kasvis-/hedelmäpalat	Riisihiutalepuuro L,G Mustikkakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu vehnähiutalepuuro Persikkasose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Talon iltapala

VL= vähälaktoosinen, L= laktoositon, M= maitoproteiiniton, G= keliakiaruokavalio, S= ei sisällä sianlihaa

Joka aterialla on tarjolla leipää, levitettä, maitoa ja piimää. Sydänmerkki-ateria Lihan alkuperämaa Suomi

Muutokset ruokalistaan mahdollisia. Ruokien tarkemmat ainesosatiedot saat henkilökunnalta tai www.mikkeli.fi/ruokalistat



Ruoka- ja
puhtauspalvelut

Mikkelin kaupunki, päivähoito

28.9. - 4.10.2020



Vko 40	MAANANTAI 28.9.	TIISTAI 29.9.	KESKIVIikko 30.9.	TORSTAI 1.10.	PERJANTAI 2.10.	LAUANTAI 3.10.	SUNNUNTAI 4.10.
AAMU-PALA	Luomu 4-viljanpuuro Marjahillolisäke L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ohrahiutalepuuro Hedelmäsose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Täysjyvämurot L,M Mustikat L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu vehnähiutalepuuro Marjakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ruishiutalepuuro Keijusilmä L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu 4-viljanhiutalepuuro Hedelmäsose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Talon aamupala
LOUNAS	Kermanainen kinkkukastike L Täysjyväkierrepasta L,M Kiinankaali-kesäkurpitsa- tomaattisalaatti L,M,G	Pinaattikeitto L,G Kanannmuna Riisipiirakka L Kinkkuleikkele L,M,G Tomaatti Hedelmä	Kanapuikot L,M Sitruuna-persiljakastike L,G Peruna Jäävuori-porkkana-paprika- salaatti L,M,G	Kalaa tomaatti- kastikkeessa L,G Peruna Porkkanaraaste L,M,G Salaattisiemensekoitus	Hernekeitto L,M,G Moniviljaruutu L,M Juusto L,G Kurkku Ohukaiset L ja sekahillo L,M,G	Liha-perunasoselaatikko L,G Kuumennettu kasvis Tuoresalaatti L,M,G	Lohikeitto L,M,G Ruisleipä L,M Kinkkuleikkele L,M,G Tuore kasvis Mansikkakiisseli L,M,G
VÄLI-PALA	Appelsiini kiisseli L,M,G Ruisrouheleipä L,M Tomaatti	<i>Talon välipala tai</i> Ruisjauhupuolukkapuuro L,M Kurkku- ja porkkanapölkkyt Talon leipä/Näkkileipä L,M	Sämpylä L,M Palvikinkku L,M,G Kurkku	Ruusunmarja-omena- rahka L,G Grahampatonki L,M Paprika	Ruisleipä L,M Kanapalvileikkele L,M,G Tomaatti	Banaanijogurtti L,G Talon leipä L,M Tuore kasvis	Kaurapuikula L,M Juusto L,G Hedelmä
PÄIVÄL-LINEN	Arabial. lihapata L,M,G,S Peruna Kaalihunajameloni- salaatti L,M,G	Kermanainen kinkkukastike L Täysjyväkierrepasta L,M Kiinankaali-kesäkurpitsa- tomaattisalaatti L,M,G	Pinaattikeitto L,G Kanannmuna Riisipiirakka L Kinkkuleikkele L,M,G Tomaatti Hedelmä	Kanapuikot L,M Sitruuna-persiljakastike L,G Peruna Jäävuori-porkkana-paprika- salaatti L,M,G	Kalaa tomaatti- kastikkeessa L,G Peruna Porkkanaraaste L,M,G Salaattisiemensekoitus	Liha-perunasoselaatikko L,G Kuumennettu kasvis Tuoresalaatti L,M,G	Lohikeitto L,M,G Ruisleipä L,M Kinkkuleikkele L,M,G Tuore kasvis Mansikkakiisseli L,M,G
ILTA-PALA	Luomu 4-viljanpuuro Marjahillolisäke L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ohrahiutalepuuro Hedelmäsose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Täysjyvämurot L,M Mustikat L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu vehnähiutalepuuro Marjakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ruishiutalepuuro Keijusilmä L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu 4-viljanhiutalepuuro Hedelmäsose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Talon iltapala

VL= vähälaktoosinen, L= laktoositon, M= maitoproteiiniton, G= keliakiaruokavalio, S= ei sisällä sianlihaa

Joka aterialla tarjolla leipää, levitettä, maitoa ja piimää.



Sydänmerkki-ateria

Lihan alkuperämaa Suomi

Muutokset ruokalistaan mahdollisia. Ruokien tarkemmat aineosatiedot saat henkilökunnalta tai www.mikkeli.fi/ruokalistat