



Ruoka- ja
puhtauspalvelut

Mikkelin kaupunki, päivähoito

29.8. - 4.9.2022



Suomalaisen ruoan viikko

Vko 35	MAANANTAI 29.8.	TIISTAI 30.8.	KESKIVIikko 31.8.	TORSTAI 1.9.	PERJANTAI 2.9.	LAUANTAI 3.9.	SUNNUNTAI 4.9.
AAMU-PALA	Luomu ohrahiutalepuuroa Hedelmäsosetta L,M,G Tuoreita kasviksia	Luomu kaurahiutalepuuroa Mustikkakeittoa L,M,G Tuoreita kasviksia	Hedelmäjogurttia L,G Täysjyvämuuroja L,M Tuoreita kasviksia	Luomu ruishiutalepuuroa Keijusilmä L,M,G Suomalaisia kananmunia Tuoreita kasviksia	Luomu 4-viljan puuroa Mansikkasose/Mansikat Tuoreita kasviksia	Talon puuroa Hedelmäsosetta L,M,G Tuoreita kasviksia	Riisihiutalepuuroa L,G Mehukeittoa L,M,G Tuoreita kasviksia
LOUNAS	Perinteistä nakki-kastiketta L,G Perunaa Etelä-Savosta Jäävuori-kurkku-paprika-salaattia L,M,G	Järvikalapihvejä Hirven-salmelta L,G tai Kirjolohti-silakkamurekepihvit L Jogurtti-pikkelsikastiketta L,G Perunasosetta L,G Kaali-porkkana-omena-salaattia L,M,G	Suomal. nautanlihasta tehtyä Jauhelihakeittoa L,M,G,S Suomal. täysjyväleipää L,M Kurkkua Kauraomenapaistosta L ja Vaniljakastiketta L,G	Suomal. Härkäpavusta tehtyä Härkis-makaroni-laatikkoa L,M,VEG Kuumennettuja kasviksia Punakaali-viher-salaattia L,M,G	Perinteistä kalakeittoa L,G Suomalaista ruisleipää L,M Tomaattia Graham-mustikka-puuroa L,M	Possu-juurespaistosta L,G Kuumennettuja kasviksia Tuoresalaattia L,M,G	Koskenlaskijan lohta L,G Perunaa Etelä-Savosta Tuoresalaattia L,M,G
VÄLI-PALA	Suvimarjatkiisseliä L,M,G Suomalaista ruisleipää L,M Suomalaista juustoa L,G Kurkkua	Suomal. marjoista tehtyä Herukkakiisseliä L,M,G Suomal. täysjyväleipää L,M Tomaattia	Suomessa leivottuja Sämpylöitä L,M Suomalaista kanapalvi-leikkelettä L,M,G Paprikaa; Hedelmä	Suomal. marjoista tehtyä Mansikkakiisseliä L,M,G Suomal. täysjyväleipää L,M Tomaattia	Talon välipala tai Kaakaota L,G Perunarieskaa L,M Suomalaista juustoa L,G Porkkanalohkoja	Välipalajogurtti L,G Talon leipää L,M Tuoreita kasviksia	Vadelmakiisseliä L,M,G Talon leipää L,M Tuoreita kasviksia
PÄIVÄL-LINEN	Italianpataa L,M Kuumennettuja kasviksia Kiinankaali-paprika-salaattia L,M,G	Perinteistä Nakki-kastiketta L,G Perunaa Etelä-Savosta Jäävuori-kurkku-paprika-salaattia L,M,G	Järvikalapihvejä Hirven-salmelta L,G tai Kirjolohti-silakkamurekepihvit L Jogurtti-pikkelsikastiketta L,G Perunasosetta L,G Kaali-porkkana-omena-salaattia L,M,G	Suomal. nautanlihasta tehtyä Jauhelihakeittoa L,M,G,S Suomal. täysjyväleipää L,M Kurkkua Kauraomenapaistosta L ja Vaniljakastiketta L,G	Suomal. Härkäpavusta tehtyä Härkis-makaroni-laatikkoa L,M,VEG Kuumennettuja kasviksia Punakaali-viher-salaattia L,M,G	Possu-juurespaistosta L,G Kuumennettuja kasviksia Tuoresalaattia L,M,G	Koskenlaskijan lohta L,G Perunaa Etelä-Savosta Tuoresalaattia L,M,G
ILTA-PALA	Luomu ohrahiutalepuuroa Hedelmäsosetta L,M,G Tuoreita kasviksia	Luomu kaurahiutalepuuroa Mustikkakeittoa L,M,G Tuoreita kasviksia	Hedelmäjogurttia L,G Täysjyvämuuroja L,M Tuoreita kasviksia	Luomu ruishiutalepuuroa Keijusilmä L,M,G Suomalaisia kananmunia Tuoreita kasviksia	Luomu 4-viljan puuroa Mansikkasosetta L,M,G Tuoreita kasviksia	Talon puuroa Hedelmäsosetta L,M,G Tuoreita kasviksia	Riisihiutalepuuroa L,G Mehukeittoa L,M,G Tuoreita kasviksia

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

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

5.9. - 11.9.2022



Vko 36	MAANANTAI 5.9.	TIISTAI 6.9.	KESKIVIIKKO 7.9.	TORSTAI 8.9.	PERJANTAI 9.9.	LAUANTAI 10.9.	SUNNUNTAI 11.9.
AAMU-PALA	Luomu kaurahiutalepuuro Marjat Tuore kasvis	Luomu vehnähiutalepuuro Hedelmäsose L,M,G Tuore kasvis	Luomu ruishiutalepuuro Vadelmasose/Vadelmat Tuore kasvis	Luomu 4-viljan puuro Marjat Tuore kasvis	Mannapuuro tai Talonsuupuu Mansikkakeitto L,M,G Tuore kasvis	Luomu ohrahiutalepuuro Hedelmäsose Tuore kasvis	Talon aamupala
LOUNAS	Possua perinteiseen tapaan L,G Perunat Kiinankaali-kurkku- tomaattisalaatti L,M,G	Kaalilaatikko L,M,G,S Puolukkahillo Raejuusto L,G Porkkanaraaste L,M,G	Kalastajan pyörökät L,M,G Sitruuna-persiljakastike L,G Perunat Punakaali-omena salaatti L,M,G	Broilerikeitto L,M,G Sämpylä L,M Tomaatti Ruisjauho-puolukka- puuro L,M	Jauhelihamakaroni- laatikko L,S Jäävuori-porkkana-kurkku- salaatti L,M,G	Kermaiset uunisilakat L,G Perunat Kuumennettu kasvis Tuoresalaatti L,M,G	Jauhelihipihvit L,M Kermakastike L,G Perunasose L,G Tuoresalaatti L,M,G
VÄLI-PALA	Ruusunmarjakiisseli L,M,G Banaaniviipaleet Täysjyväleipä L,M Kurkku	Marjakeitto L,M,G Riisipiirakka L Makkaraleikkele L,M,G Tomaatti	Hedelmäkiisseli L,M,G Täysjyväleipä L,M Paprika	<i>Talon välipala tai</i> Kaurapuikula L,M Juusto L,G Kurkkupölkkyt Hedelmä	Aprikoosivanukas L,G Hapankorput L,M Tomaatti	MarjasMOOTHIE L,M,G Lihapiirakka L,M Tuore kasvis	Jogurtti L,G Talon leipä L,M Tuore kasvis
PÄIVÄL-LINEN	Kalakeitto L,G Ruispala L,M Tomaatti Graham-mustikka- puuro L,M	Possua perinteiseen tapaan L,G Perunat Kiinankaali-kurkku- tomaattisalaatti L,M,G	Kaalilaatikko L,M,G,S Puolukkahillo Raejuusto L,G Porkkanaraaste L,M,G	Kalastajan pyörökät L,M,G Sitruuna-persiljakastike L,G Perunat Punakaali-omena salaatti L,M,G	Broilerikeitto L,M,G Sämpylä L,M Tomaatti Ruisjauho-puolukka- puuro L,M	Kermaiset uunisilakat L,G Perunat Kuumennettu kasvis Tuoresalaatti L,M,G	Jauhelihipihvit L,M Kermakastike L,G Perunasose L,G Tuoresalaatti L,M,G
ILTA-PALA	Luomu kaurahiutalepuuro Marjat Tuore kasvis	Luomu vehnähiutalepuuro Hedelmäsose L,M,G Tuore kasvis	Luomu ruishiutalepuuro Vadelmasose/Vadelmat Tuore kasvis	Luomu 4-viljan puuro Marjat Tuore kasvis	Mannapuuro tai Talonsuupuu Mansikkakeitto L,M,G Tuore kasvis	Luomu ohrahiutalepuuro Hedelmäsose Tuore kasvis	Talon iltapala

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

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

12.9. - 18.9.2022



Vko 37	MAANANTAI 12.9.	TIISTAI 13.9.	KESKIVIikko 14.9.	TORSTAI 15.9.	PERJANTAI 16.9.	LAUANTAI 17.9.	SUNNUNTAI 18.9.
AAMU-PALA	Luomu vehnähiutalepuuro Hedelmäsose L,M,G Tuore kasvis	Luomu kaurahiutalepuuro Vadelmakeitto Tuore kasvis	Luomu 4-viljan puuro Mustikkasose/Mustikat Tuore kasvis	Mansikkajogurtti L,G Täysjyvämurot L,M Tuore kasvis	Luomu ohrahiutalepuuro Hedelmäsose L,M,G Tuore kasvis	Talon aamupala	Talon puuro Marjakeitto L,M,G Tuore kasvis
LOUNAS	Kermainen kinkkukastike L Täysjyväpasta L,M Amerikansalaatti-kurkku salaatti L,M,G	Kasvispihvit L,M,G,VEG Juustokastike L,G Perunat Kaali-porkkana-omena- salaatti L,M,G	Kana-kasvis- bolognese L,M,G Täysjyväpagetti L,M Kiinankaali-tomaatti- salaatti L,M,G	Kirjolohilaatikko L,G tai Lohilaatikko L,G Kuumennettu kasvis Porkkana-puolukka- raaste L,M,G	Makkarakeitto L,M,G Täysjyväleipä L,M Kurkku Ohukaiset L ja sekahillo	Kanapyörökät L,M Currykastike L,G Perunat Tuoresalaatti L,M,G	Porsaan kassleria kerma- kastikkeessa L,G Perunat Tuoresalaatti L,M,G
VÄLI-PALA	Ananaskiisseli L,M,G Ruisleipä L,M Juusto L,G Kurkku	Marja- tai Karviaiskiisseli L,M,G Täysjyväleipä L,M Tomaatti	Hedelmäjogurtti L,G Riisikakut L,M,G Tuorepala	Vadelmakiisseli L,M,G Kauraleipä L,M Kurkku	Talon välipala tai Sämpylä L,M Kanapalvileikkele L,M,G Tomaatti Hedelmä	Mansikka-banaaniviilis L,G Talon leipä L,M Tuore kasvis	Mustikka-vadelma- kiisseli L,M,G Talon leipä L,M Tuore kasvis
PÄIVÄL- LINEN	Jauhelihamakaroni- laatikko L,S Jäävuori-porkkana-kurkku- salaatti L,M,G	Kermainen kinkkukastike L Täysjyväpasta L,M Amerikansalaatti-kurkku- salaatti L,M,G	Kasvispihvit L,M,G,VEG Juustokastike L,G Perunat Kaali-porkkana-omena- salaatti L,M,G	Kana-kasvis- bolognese L,M,G Täysjyväpagetti L,M Kiinankaali-tomaatti- salaatti L,M,G	Kirjolohilaatikko L,G Kuumennettu kasvis Porkkana-puolukka- raaste L,M,G	Kanapyörökät L,M Currykastike L,G Perunat Tuoresalaatti L,M,G	Porsaan kassleria kerma- kastikkeessa L,G Perunat Tuoresalaatti L,M,G
ILTA-PALA	Luomu vehnähiutalepuuro Hedelmäsose L,M,G Tuore kasvis	Luomu kaurahiutalepuuro Vadelmakeitto Tuore kasvis	Luomu 4-viljan puuro Mustikkasose L,M,G Tuore kasvis	Mansikkajogurtti L,G Täysjyvämurot L,M Tuore kasvis	Luomu ohrahiutalepuuro Hedelmäsose L,M,G Tuore kasvis	Talon iltapala	Talon puuro Marjakeitto L,M,G Tuore kasvis

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

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

19.9. - 25.9.2022



Vko 38	MAANANTAI 19.9.	TIISTAI 20.9.	KESKIVIikko 21.9.	TORSTAI 22.9.	PERJANTAI 23.9.	LAUANTAI 24.9.	SUNNUNTAI 25.9.
AAMU-PALA	Luomu vehnähiutalepuuro Mustikkakeitto L,M,G Tuore kasvis	Luomu kaurahiutalepuuro Hedelmäsose L,M,G Tuore kasvis	Luomu ohrahiutalepuuro Omenasose L,M,G Tuore kasvis	Mannapuuro tai Luomu 4-viljanpuuro Mansikkasose/Mansikat Tuore kasvis	Luomu ruishiutalepuuro Marjat Tuore kasvis	Luomu vehnähiutalepuuro Hedelmäsose L,M,G Tuore kasvis	Riisihiutalepuuro L,G Mehukeitto L,M,G Tuore kasvis
LOUNAS	Jauhelihakastike L,M,G,S Perunat Värikäs coleslaw L,M,G	Kalapuikot L,M Kermaviilikastike L,G Perunasose L,G Mehukas porkkana- raaste L,M,G	Kanaa Sweet & Sour L,M,G Perunat Jäävuori-kurkku-paprika- salaatti L,M,G	Kasvisseikeitto L,G Sämpylä L,M Makkaraleikkele L,M,G Kurkku Omena-riisipuuro L,M,G	Kana-perunavuoka L,G Herneet Punakaali-viher- salaatti L,M,G	Pikkunakit L,M,G Perunasose L,G Ketsuppi Kuumennettu kasvis Tuoresalaatti L,M,G	Metsästäjän pata L,M,G Perunat Tuoresalaatti L,M,G
VÄLI-PALA	Appelsiini kiisseli L,M,G Ruisleipä L,M Juusto L,G Kurkku	Puolukkakiisseli L,M,G Täysjyväleipä L,M Tomaatti	Hedelmäsalaatti L,M,G Hapankorput L,M Sulatejuusto L,G Paprika	<i>Talon välipala tai</i> Kaakaajuoma L,G Juustorinkeli L Hedelmä	Mansikkainen rahka- jätkiruoka L,G Sekavuokaleipä L,M Tuorepala	HedelmäsMOOTHIE L,M,G Riisipiirakka L Kinkkuleikkele L,M,G Tuore kasvis	Omena-kanelikiisseli L,M,G Talon leipä L,M Tuore kasvis
PÄIVÄL-LINEN	Makkarakeitto L,M,G Täysjyväleipä L,M Kurkku Ohukaiset L ja sekahillo	Jauhelihakastike L,M,G,S Perunat Värikäs coleslaw L,M,G	Kalapuikot L,M Kermaviilikastike L,G Perunasose L,G Mehukas porkkana- raaste L,M,G	Kanaa Sweet & Sour L,M,G Perunat Jäävuori-kurkku-paprika- salaatti L,M,G	Kasvisseikeitto L,G Sämpylä L,M Makkaraleikkele L,M,G Kurkku Omena-riisipuuro L,M,G	Pikkunakit L,M,G Perunasose L,G Ketsuppi Kuumennettu kasvis Tuoresalaatti L,M,G	Metsästäjän pata L,M,G Perunat Tuoresalaatti L,M,G
ILTA-PALA	Luomu vehnähiutalepuuro Mustikkakeitto L,M,G Tuore kasvis	Luomu kaurahiutalepuuro Hedelmäsose L,M,G Tuore kasvis	Luomu ohrahiutalepuuro Omenasose L,M,G Tuore kasvis	Mannapuuro tai Luomu 4-viljanpuuro Mansikkasose/Mansikat Tuore kasvis	Luomu ruishiutalepuuro Marjat Tuore kasvis	Luomu vehnähiutalepuuro Hedelmäsose L,M,G Tuore kasvis	Riisihiutalepuuro L,G Mehukeitto L,M,G Tuore kasvis

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

Joka aterialla tarjolla leipää, leivettä, 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

26.9. - 2.10.2022



Vko 39	MAANANTAI 26.9.	TIISTAI 27.9.	KESKIVIIKKO 28.9.	TORSTAI 29.9.	PERJANTAI 30.9.	LAUANTAI 1.10.	SUNNUNTAI 2.10.
AAMU-PALA	Luomu kaurahiutalepuuro Mansikkakeitto L,M,G Tuore kasvis	Luomu ruishiutalepuuro Hedelmäsose L,M,G Tuore kasvis	Mansikkajogurtti L,G Täysjyvämurot L,M Kananmuna Tuore kasvis	Luomu vehnähiutalepuuro Vadelmasose/Vadelmat Tuore kasvis	Luomu 4-viljan puuro Marjat Tuore kasvis	Luomu ohrahiutalepuuro Hedelmäsose L,M,G Tuore kasvis	Talon aamupala
LOUNAS	Broilerikastike L,G Täysjyväkaura L,M,G Kiinankaali-kurkkutomaattisalaatti L,M,G	Pestokala L,G Perunasose L,G Sitruunainen kaali L,M,G	Lihapullat L,M Rosepippurikastike L,G Perunat Jäävuori-porkkana-kurkkusalaatti L,G	Kasvislasagnette L Kuumennettu kasvis Vihreä kurkku-raejuustosalaatti L,G	Lihakeitto L,M,G,S Ruisrouhevuokaleipä L,M Tomaatti Vatkattu herukkapuuro L,M	Porkkanapihvit L,M,G Juustokastike L,G Perunasose L,G Tuoresalaatti L,M,G	Karjalanpaisti L,M,G Perunat Uunijuurekset L,M,G Tuoresalaatti L,M,G
VÄLI-PALA	Mangokiisseli L,M,G Ruisleipä L,M Juusto L,G Kurkku	Suklaakiisseli L,G Täysjyväleipä L,M Paprika	Omenakiisseli L,M,G Kauraleipä L,M Tomaatti	Mustikkakiisseli L,M,G Juuresleipä L,M Kalkkunaleike L,M,G Kurkku	<i>Talon välipala tai</i> MarjasMOOTHIE L,M,G Sämpylä L,M Juusto L,G Tomaatti	Banaanijogurtti L,G Talon leipä L,M Tuore kasvis	Vadelmakiisseli L,M,G Talon leipä L,M Tuore kasvis
PÄIVÄLINEN	Kinkkukiusaus L,G Herneet Punakaali-vihersalaatti L,M,G	Broilerikastike L,G Täysjyväkaura L,M,G Kiinankaali-kurkkutomaattisalaatti L,M,G	Pestokala L,G Perunasose L,G Sitruunainen kaali L,M,G	Lihapullat L,M Rosepippurikastike L,G Perunat Jäävuori-porkkana-kurkkusalaatti L,G	Kasvislasagnette L Kuumennettu kasvis Vihreä kurkku-raejuustosalaatti L,G	Porkkanapihvit L,M,G Juustokastike L,G Perunasose L,G Tuoresalaatti L,M,G	Karjalanpaisti L,M,G Perunat Uunijuurekset L,M,G Tuoresalaatti L,M,G
ILTA-PALA	Luomu kaurahiutalepuuro Mansikkakeitto L,M,G Tuore kasvis	Luomu ruishiutalepuuro Hedelmäsose L,M,G Tuore kasvis	Mansikkajogurtti L,G Täysjyvämurot L,M Kananmuna Tuore kasvis	Luomu vehnähiutalepuuro Vadelmasose L,M,G Tuore kasvis	Luomu 4-viljan puuro Marjat Tuore kasvis	Luomu ohrahiutalepuuro Hedelmäsose L,M,G Tuore kasvis	Talon iltapala

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

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

Sydänmerkki-ateria

Lihan alkuperämaa Suomi

*Suomi/Ruotsi/Uusi Seelanti

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



Ruoka- ja
puhtauspalvelut

Mikkelin kaupunki, päivähoito

3.10. - 9.10.2022



Vko 40	MAANANTAI 3.10.	TIISTAI 4.10.	KESKIVIIKKO 5.10.	TORSTAI 6.10.	PERJANTAI 7.10.	LAUNTAI 8.10.	SUNNUNTAI 9.10.
AAMU-PALA	Luomu 4-viljan puuro Mustikkasose/Mustikat Tuore kasvis	Luomu ruishiutalepuuro Keijusilmä L,M,G Tuore kasvis	Riisihiutalepuuro L,G Vadelmakeitto L,M,G Tuore kasvis	Luomu ohrahiutalepuuro Hedelmäsose L,M,G Tuore kasvis	Luomu vehnähiutalepuuro Marjat Tuore kasvis	Talon aamupala	Talon puuro Hedelmäsose L,M,G Tuore kasvis
LOUNAS	Juustoinen kanan jauhe- lihastike L,G Perunat Jäävuori-kurkku-paprika- salaatti L,M,G	Uunimakkara L,M,G Perunasose L,G Porkkana-puolukka- raaste L,M,G	Tomaattinen härkä- kiausaus L,G,S Kuumennettu kasvis Kolmen kaalin salaatti L,M,G	Kinkku-perunakeitto L,M,G Moniviljaruutu L,M Tomaatti Pannukakku L/sis. L ja G Vadelmahillo	Kalamurupastavuoka L Kuumennettu kasvis Punakaali-omena- salaatti L,M,G	Pinaattikeitto L,G Kananmuna Talon leipä L,M Tuore kasvis Sitruuna-mansikka- kiisseli L,M,G	Kalkkunan palapaisti L,G Perunat Tuoresalaatti L,M,G
VÄLI-PALA	Persikkakiisseli L,M,G Ruisleipä L,M Juusto L,G Kurkku	Mustaherukkakiisseli L,M,G Täysjyväleipä L,M Tomaatti	Raparperi-mansikka- kiisseli L,M,G Kauraleipä L,M Paprika	<i>Talon välipala tai</i> Riisipiirakka L Kanapalvileikkele L,M,G Kurkku Hedelmä	Hedelmäinen rahka- jälkiruoka L,G Hapankorpu L,M Tuorepala	Kaakao L,G Kaurarieskat L,M Juusto L,G Tuore kasvis	Päärynäkiisseli L,M,G Talon leipä L,M Tuore kasvis
PÄIVÄL-LINEN	Lihakeitto L,M,G,S Ruisrouhevuokaleipä L,M Tomaatti Vatkattu herukkapuuro L,M	Juustoinen kanan jauhe- lihastike L,G Perunat Jäävuori-kurkku-paprika- salaatti L,M,G	Uunimakkara L,M,G Perunasose L,G Porkkana-puolukka- raaste L,M,G	Tomaattinen härkä- kiausaus L,G,S Kuumennettu kasvis Kolmen kaalin salaatti L,M,G	Kinkku-perunakeitto L,M,G Moniviljaruutu L,M Tomaatti Pannukakku L Vadelmahillo	Pinaattikeitto L,G Kananmuna Talon leipä L,M Tuore kasvis Sitruuna-mansikka- kiisseli L,M,G	Kalkkunan palapaisti L,G Perunat Tuoresalaatti L,M,G
ILTA-PALA	Luomu 4-viljan puuro Mustikkasose Tuore kasvis	Luomu ruishiutalepuuro Keijusilmä L,M,G Tuore kasvis	Riisihiutalepuuro L,G Vadelmakeitto L,M,G Tuore kasvis	Luomu ohrahiutalepuuro Hedelmäsose L,M,G Tuore kasvis	Luomu vehnähiutalepuuro Marjat Tuore kasvis	Talon iltapala	Talon puuro Hedelmäsose L,M,G Tuore kasvis

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

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