



Ruoka- ja
puhtauspalvelut

Mikkelin kaupunki, päivähoito

13.2. - 19.2.2023



Vko 7	MAANANTAI 13.2.	TIISTAI 14.2.	KESKIVIikko 15.2.	TORSTAI 16.2.	PERJANTAI 17.2.	LAUANTAI 18.2.	SUNNUNTAI 19.2.
AAMU-PALA	Luomu ohrahiutalepuuro Hedelmäsose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Ystävänäpäivä Luomu vehnähiutalepuuro Mustikkakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ruishiutalepuuro Keijusilmä L,M,G Kananmuna Kasvis-/hedelmäpalat	Hedelmäjogurtti L,G Täysjyvämuut L,M Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu 4-viljan puuro Mansikkasose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Talon puuro Hedelmäsose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Laskiaissunnuntai Riisihiutalepuuro L,G Mustikkakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat
LOUNAS	Nakkikastike L,G Perunat Jäävuori-kurkku-tomaatti-salaatti L,M,G	Jauheliyhakeitto L,M,G,S Kaura-ruissydän L,M Tomaatti Suklaakiisseli L,G	Järvikalapihvit L,G <i>Kirjalohti-silakkamurekepihvit L</i> Jogurtti-pikkelsikastike L,G Perunat Punakaali-kurkku-mandariinisalaatti L,M,G	Broileri-pekoni-pata L,M,G Täysjyväohra L,M Amerikansalaatti-kurpitsa-tomaattisalaatti L,M,G	Härkis-peruna-vuoka L,M,G,VEG Kuumennettu kasvis Kaali-porkkana-kurkku-raaste L,M,G	Kalakeitto L,G Ruisruutu L,M Tuore kasvis Vatkattu puolukka-puuro L,M	Lihamureke L,M,G Kermakastike L,G Perunat Tuoresalaatti L,M,G
VÄLI-PALA	Aprikoosikiisseli L,M,G Ruisleipä L,M Kurkku	<i>Talon välipala tai</i> Hedelmälaajitelma Hapankorput L,M Juusto L,G Paprika	Vadelmakiisseli L,M,G Täysjyväleipä L,M Kurkku	Marjarahka L,G Ruisleipä L,M Tomaatti	Sämpylä L,M Kanapalvileikkele L,M,G Kurkku Porkkanalohkot	Välipalajogurtti L,G Talon leipä L,M Tuore kasvis	Sitruuna-mansikka-kiisseli L,M,G Talon leipä L,M Tuore kasvis
PÄIVÄL-LINEN	Kalamurupastavuoka L Kuumennettu kasvis Jäävuori-ananas-salaatti L,M,G	Nakkikastike L,G Perunat Jäävuori-kurkku-tomaatti-salaatti L,M,G	Jauheliyhakeitto L,M,G,S Kaura-ruissydän L,M Tomaatti Suklaakiisseli L,G	Järvikalapihvit L,G Jogurtti-pikkelsikastike L,G Perunat Punakaali-kurkku-mandariinisalaatti L,M,G	Broileri-pekoni-pata L,M,G Täysjyväohra L,M Amerikansalaatti-kurpitsa-tomaattisalaatti L,M,G	Kalakeitto L,G Ruisruutu L,M Tuore kasvis Vatkattu puolukka-puuro L,M	Lihamureke L,M,G Kermakastike L,G Perunat Tuoresalaatti L,M,G
ILTA-PALA	Luomu ohrahiutalepuuro Hedelmäsose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu vehnähiutalepuuro Mustikkakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ruishiutalepuuro Keijusilmä L,M,G Kananmuna Kasvis-/hedelmäpalat	Hedelmäjogurtti L,G Täysjyvämuut L,M Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu 4-viljan puuro Mansikkasose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Talon puuro Hedelmäsose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Riisihiutalepuuro L,G Mustikkakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat

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

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






Sydänmerkki-ateria

Lihan alkuperämaa Suomi

Kursiivilla merkityt vain Emolan päiväkoti

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

Vko 8	MAANANTAI 20.2.	TIISTAI 21.2.	KESKIVIikko 22.2.	TORSTAI 23.2.	PERJANTAI 24.2.	LAUANTAI 25.2.	SUNNUNTAI 26.2.
AAMU-PALA	Luomu kaurahiutalepuuro Marjat Kasvis-/hedelmäpalat	Laskiaistiistai Luomu vehnähiutalepuuro Vadelmasose/Vadelmat Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ruishiutalepuuro Hedelmäsose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu 4-viljan puuro Marjat Kasvis-/hedelmäpalat	Mannapuuro tai Talontuore Mansikkakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ohrahiutalepuuro Hedelmäsose Kasvis-/hedelmäpalat	Talon aamupala
LOUNAS	 Kana-kasvisbolognese L,M,G Perunat Kiinankaali-kurkkutomaattisalaatti L,M,G	 Hernekeitto L,M,G Sämpylä L,M Tomaatti Kaakao L,G ja pulla L,M	Pinaattiohukaiset L Juustokastike L,G Puolukkahillo Perunat Kaali-kurkku-paprikasalaatti L,M,G	Kirjolohikastike L,G Täysjyväkaura L,M,G Jäävuori-porkkana-kurkkusalaatti L,M,G	Jauhelihamakaroni-laatikko L,S Kuumennettu kasvis Jäävuori-tomaattisalaatti L,M,G	Kananakit L,M,G Ketsuppi Kasvis-perunavuoka L,M,G Tuoresalaatti L,M,G	Mantelikala L,M Perunasose L,G Tuoresalaatti L,M,G
VÄLI-PALA	Ruusunmarjakiisseli L,M,G Banaaniviipaleet Ruisleipä L,M Paprika	<i>Talon välipala tai</i> Hedelmäsalaatti L,M,G Hapankorput L,M Juusto L,G Kurkku	Aurinkopuuro L,M Ruisleipä L,M Tomaatti	Mansikkainen rahkajälkiruoka L,G Täysjyväleipä L,M Kurkku	Kuningatarkiisseli L,M,G Sekavuokaleipä L,M Makkaraleikkele L,M,G Tomaatti	Rahkapannukakut L Omenasose Hedelmä	Marjasmoothie L,M,G Kaurarieskaset L,M Juusto L,G Tuore kasvis
PÄIVÄL-LINEN	Härkis-perunavuoka L,M,G,VEG Kuumennettu kasvis Kaali-porkkana-kurkkuraaste L,M,G	 Kana-kasvisbolognese L,M,G Perunat Kiinankaali-kurkkutomaattisalaatti L,M,G	 Hernekeitto L,M,G Sämpylä L,M Tomaatti Kaakao L,G ja pulla L,M	Pinaattiohukaiset L Juustokastike L,G Puolukkahillo Perunat Kaali-kurkku-paprikasalaatti L,M,G	Kirjolohikastike L,G Täysjyväkaura L,M,G Jäävuori-porkkana-kurkkusalaatti L,M,G	Kananakit L,M,G Ketsuppi Kasvis-perunavuoka L,M,G Tuoresalaatti L,M,G	Mantelikala L,M Perunasose L,G Tuoresalaatti L,M,G
ILTA-PALA	Luomu kaurahiutalepuuro Marjat Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu vehnähiutalepuuro Vadelmasose/Vadelmat Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ruishiutalepuuro Hedelmäsose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu 4-viljan puuro Marjat Kasvis-/hedelmäpalat	Mannapuuro tai Talontuore Mansikkakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ohrahiutalepuuro Hedelmäsose Kasvis-/hedelmäpalat	Talon iltapala

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

Kursiivilla merkityt vain Emolan päiväkotit

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

Vko 9	MAANANTAI 27.2.	TIISTAI 28.2.	KESKIVIIKKO 1.3.	TORSTAI 2.3.	PERJANTAI 3.3.	LAUANTAI 4.3.	SUNNUNTAI 5.3.
AAMU-PALA	Luomu 4-viljanpuuro Hedelmäsose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu kaurahiutalepuuro Vadelmakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Mansikkajogurtti L,G Täysjyvämurot L,M Kananmuna Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu vehnähiutalepuuro Mustikkasose/Mustikat Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ruishiutalepuuro Hedelmäsose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Talon aamupala	Talon puuro Mansikkakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat
LOUNAS	Ⓢ Possun palapaisti L,G Perunat Kiinankaali-kurkku- tomaattisalaatti L,M,G	Kasvispihvit L,M,G,VEG Kylmä kurkkukastike L,G Perunasose L,G Punakaali-viher- salaatti L,M,G	Ⓢ Jauhelikastike L,M,G,S Täysjyväpagetti L,M Jäävuori-kurkku- appelsiinisalaatti L,M,G	Kirjolohilaatikko L,G Kuumennettu kasvis Kaali-porkkana-kurkku- salaatti L,M,G	Makkarakeitto L,M,G Täysjyväleipä L,M Tomaatti Vatkattu herukka- puuro L,M	Nautakiusaus L,G,S Kuumennettu kasvis Tuoresalaatti L,M,G	Broilermurekeleike L,M Kylmä ananasdippi L,G Perunasose L,G Tuoresalaatti L,M,G
VÄLI-PALA	Ananaskiisseli L,M,G Ruisleipä L,M Juusto L,G Kurkku	Grahamlihapiiirakka L,M Marjasmoothie L,M,G Tomaatti	Mustaherukkakiisseli L,M,G Ruisleipä L,M Paprika	Vadelmarahka L,G Hapankorput L,M Kurkku	Sämpylä L,M Kanapalvileikkele L,M,G Kirsikkatomaatit Hedelmä	Mansikka-banaaniviilis L,G Talon leipä L,M Tuore kasvis	Omena-kanelikiisseli L,M,G Talon leipä L,M Tuore kasvis
PÄIVÄL-LINEN	Jauhelihamakaroni- laatikko L,S Kuumennettu kasvis Jäävuori-tomaatti- salaatti L,M,G	Ⓢ Possun palapaisti L,G Perunat Kiinankaali-kurkku- tomaattisalaatti L,M,G	Kasvispihvit L,M,G,VEG Kylmä kurkkukastike L,G Perunasose L,G Punakaali-viher- salaatti L,M,G	Ⓢ Jauhelikastike L,M,G,S Täysjyväpagetti L,M Jäävuori-kurkku- appelsiinisalaatti L,M,G	Kirjolohilaatikko L,G Kuumennettu kasvis Kaali-porkkana-kurkku- salaatti L,M,G	Nautakiusaus L,G,S Kuumennettu kasvis Tuoresalaatti L,M,G	Broilermurekeleike L,M Kylmä ananasdippi L,G Perunasose L,G Tuoresalaatti L,M,G
ILTA-PALA	Luomu 4-viljanpuuro Hedelmäsose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu kaurahiutalepuuro Vadelmakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Mansikkajogurtti L,G Täysjyvämurot L,M Kananmuna Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu vehnähiutalepuuro Mustikkasose/Mustikat Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ruishiutalepuuro Hedelmäsose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Talon iltapala	Talon puuro Mansikkakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat

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

Kursiivilla merkityt vain Emolan päiväkotit

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

Vko 10	MAANANTAI 6.3.	TIISTAI 7.3.	KESKIVIIKKO 8.3.	TORSTAI 9.3.	PERJANTAI 10.3.	LAUANTAI 11.3.	SUNNUNTAI 12.3.
AAMU-PALA	Luomu 4-viljanpuuro Hedelmäsose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu vehnähiutalepuuro Mustikkakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu kaurahiutalepuuro Marjat L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Mannapuuro tai Riisihiutalepuuro L,G Mansikkasose/Mansikat Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ohrahiutalepuuro Keijusilmä L,M,G Kananmuna Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu vehnähiutalepuuro Hedelmäsose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Talon aamupala
LOUNAS	Kermainen kinkku- kastike L Täysjyväpasta L,M Jäävuori-kurkku-tomaatti- salaatti L,M,G	Kalapuikot L,M Kermaviilikastike L,G Perunasose L,G Punakaali-kurkku- mandariinisalaatti L,M,G	 Kanaa Sweet & Sour L,M,G Täysjyväohra L,M Amerikasalaatti-kurpitsa- tomaattisalaatti L,M,G	Kasvisseikeitto L,G Raejuusto L,G Sämpylä L,M Kalkkunaleikkele L,M,G Tomaatti Suklaapuuro L	 Jauheliha-kasvis- lasagnette L,S Kuunnettu kasvis Kaali-porkkana-kurkku- raaste L,M,G	Appelsiini-sitruunakala L,M Perunasose L,G Tuoresalaatti L,M,G	 Uunijuureslihat L,M,G Perunat Tuoresalaatti L,M,G
VÄLI-PALA	Mangokiisseli L,M,G Ruisleipä L,M Juusto L,G Kurkku	MarjasMOOTHIE L,M,G Rouhepala L,M Kinkkuleikkele L,M,G Salaatti, Paprika	Aurinkohedelmä- vanukas L,G Ruisleipä L,M Kurkku	<i>Talon välipala tai</i> Hedelmäajitelma Täysjyväleipä L,M Tomaatti	Herukkakiisseli L,M,G Sekavuokaleipä L,M Kurkku Porkkanalohkot	Vadelmakiisseli L,M,G Talon leipä L,M Tuore kasvis	Välipalajogurtti L,G Talon leipä L,M Tuore kasvis
PÄIVÄL-LINEN	Makkarakeitto L,M,G Täysjyväleipä L,M Tomaatti Vatkattu herukka- puuro L,M	Kermainen kinkku- kastike L Täysjyväpasta L,M Jäävuori-kurkku-tomaatti- salaatti L,M,G	Kalapuikot L,M Kermaviilikastike L,G Perunasose L,G Punakaali-kurkku- mandariinisalaatti L,M,G	 Kanaa Sweet & Sour L,M,G Täysjyväohra L,M Amerikasalaatti-kurpitsa- tomaattisalaatti L,M,G	Kasvisseikeitto L,G Raejuusto L,G Sämpylä L,M Kalkkunaleikkele L,M,G Tomaatti Suklaapuuro L	Appelsiini-sitruunakala L,M Perunasose L,G Tuoresalaatti L,M,G	 Uuni-juureslihat L,M,G Perunat Tuoresalaatti L,M,G
ILTA-PALA	Luomu 4-viljanpuuro Hedelmäsose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu vehnähiutalepuuro Mustikkakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu kaurahiutalepuuro Marjat L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Mannapuuro tai Riisihiutalepuuro L,G Mansikkasose/Mansikat Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ohrahiutalepuuro Keijusilmä L,M,G Kananmuna Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu vehnähiutalepuuro Hedelmäsose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Talon iltapala

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

Kursiivilla merkityt vain Emolan päivähoito

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

Vko 11	MAANANTAI 13.3.	TIISTAI 14.3.	KESKIVIIKKO 15.3.	TORSTAI 16.3.	PERJANTAI 17.3.	LAUANTAI 18.3.	SUNNUNTAI 19.3.
AAMU-PALA	Luomu ruishiutalepuuro Vadelmasose/Vadelmat Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu 4-viljan puuro Marjat L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu vehnähiutalepuuro Mansikkakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu kaurahiutalepuuro Hedelmäsose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Hedelmäjogurtti L,G Täysjyvämuut L,M Kasvis-/hedelmäpalat	Talon aamupala	Luomu vehnähiutalepuuro L,M Marjat L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat
LOUNAS	Broilerikastike L,G Täysjyväkaura L,M,G Kiinanakaali-kurkkutomaattisalaatti L,M,G	Possu-juurespaistos L,G Kuumennettu kasvis Porkkana-kurkkuraaste L,M,G	Lihapullat L,M Rosépippurikastike L,G Perunat Kaali-kurkkupaprikasalaatti L,M,G	Merenkulkijan kala-kuutiot L,G Perunat Jäävuori-porkkana-kurkkusalaatti L,M,G	Tomaattinen lihakeitto L,M,G Täysjyväleipä L,M Kurkku Hedelmä	Broileripastapaistos L Kuumennettu kasvis Tuoresalaatti L,M,G	Uunissa paistettua kalaa L,G Kuumennettu kasvis Perunasose L,G Tuoresalaatti L,M,G
VÄLI-PALA	Persikkakiisseli L,M,G Ruisleipä L,M Juusto L,G Kurkku	Mustikkakeitto L,M,G Riisipiirakka L Tomaatti	Marjajogurtti L,G Täysjyväleipä L,M Kurkku	Ruisjauhupuolukka-puuro L,M Perunarieska L,M Paprika	<i>Talon välipala tai</i> Moniviljaruutu L,M Kalkkunaleike L,M,G Salaatti, Kirsikkatomaatit	Päärynäkiisseli L,M,G Talon leipä L,M Tuore kasvis	Appelsiini-mangokuuma L,G Pulla L Hedelmä
PÄIVÄL-LINEN	Jauheliha-kasvis-lasagnette L,S Kuumennettu kasvis Kaali-porkkana-kurkkuraaste L,M,G	Broilerikastike L,G Täysjyväkaura L,M,G Kiinanakaali-kurkkutomaattisalaatti L,M,G	Possu-juurespaistos L,G Kuumennettu kasvis Porkkana-kurkkuraaste L,M,G	Lihapullat L,M Rosépippurikastike L,G Perunat Kaali-kurkkupaprikasalaatti L,M,G	Merenkulkijan kala-kuutiot L,G Perunat Jäävuori-porkkana-kurkkusalaatti L,M,G	Broileripastapaistos L Kuumennettu kasvis Tuoresalaatti L,M,G	Uunissa paistettua kalaa L,G Kuumennettu kasvis Perunasose L,G Tuoresalaatti L,M,G
ILTA-PALA	Luomu ruishiutalepuuro Vadelmasose/Vadelmat Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu 4-viljan puuro Marjat L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu vehnähiutalepuuro Mansikkakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu kaurahiutalepuuro Hedelmäsose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Hedelmäjogurtti L,G Täysjyvämuut L,M Kasvis-/hedelmäpalat	Talon iltapala	Luomu vehnähiutalepuuro L,M Marjat L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat

VL= vähälaktoosinen, L= laktoositon, M= maitoproteiiniton, G= keliakiaruokavalio, S= ei sisällä sianlihaa, VEG= vegaaninen
 Joka aterialla on tarjolla leipää, leivettä, maitoa ja piimää.  Sydänmerkki-ateria **Lihan alkuperämaa Suomi**
 Muutokset ruokalistasta mahdollisia. Ruokien tarkemmat ainesosatiedot saat henkilökunnalta tai www.mikkeli.fi/ruokalistat

Kursiivilla merkityt vain Emolan päiväkotit

Vko 12	MAANANTAI 20.3.	TIISTAI 21.3.	KESKIVIIKKO 22.3.	TORSTAI 23.3.	PERJANTAI 24.3.	LAUANTAI 25.3.	SUNNUNTAI 26.3.
AAMU-PALA	Luomu ohrahiutalepuuro Hedelmäsose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ruishiutalepuuro Marjat L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu 4-viljan puuro Hedelmäsose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu vehnähiutalepuuro Mustikkasose/Mustikat Kasvis-/hedelmäpalat	Mannapuuro tai Riisihiutalepuuro L,G Vadelmakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu kaurahiutalepuuro Marjat L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Talon aamupala
LOUNAS	Juustoinen kanan- jauhelihakastike L,G Perunat Kiinankaali-kurkku- tomaattisalaatti L,M,G	Uunimakkara L,M,G,S/L,M,G Perunasose L,G Punakaali-viher- salaatti L,M,G	Nautawokki L,M,G,S Perunat Kuumennettu kasvis Jäävuori-tomaatti- salaatti L,M,G	Kinkku-perunakeitto L,M,G Moniviljaruutu L,M Tomaatti Kauraomenapaistos L Vaniljakastike L,G	Kalamurupastavuoka L/ Kalapastavuoka L Kuumennettu kasvis Kaali-porkkana-kurkku salaatti L,M,G	Porkkanaohukaiset L Juustokastike L,G Perunasose L,G Tuoresalaatti L,M,G	Porsaan kassleria kermakastikkeessa L,G Perunat Kuumennettu kasvis Tuoresalaatti L,M,G
VÄLI-PALA	Kuningatarkiisseli L,M,G Ruisleipä L,M Kinkkuleikkele L,M,G Kurkku	Hedelmäinen rahkajälkiruoka L,G Täysjyväleipä L,M Tomaatti	Suklaakiisseli L,G Ruisleipä L,M Kurkku	Kaurapohjainen gurtti vadelma L,M,G Täysjyväleipä L,M Juusto L,G; Paprika	<i>Talon välipala tai</i> Graham-mustikkapuuro L,M Hapankorput L,M Porkkanapölkyt	Kaakao L,G Lihapiirakka L,M Tuore kasvis	Mansikkakiisseli L,M,G Talon leipä L,M Tuore kasvis
PÄIVÄL-LINEN	Tomaattinen lihakeitto L,M,G Täysjyväleipä L,M Kurkku Hedelmä	Juustoinen kanan- jauhelihakastike L,G Perunat Kiinankaali-kurkku- tomaattisalaatti L,M,G	Uunimakkara L,M,G,S Perunasose L,G Punakaali-viher- salaatti L,M,G	Nautawokki L,M,G,S Perunat Kuumennettu kasvis Jäävuori-tomaatti- salaatti L,M,G	Kinkku-perunakeitto L,M,G Moniviljaruutu L,M Tomaatti Kauraomenapaistos L Vaniljakastike L,G	Porkkanaohukaiset L Juustokastike L,G Perunasose L,G Tuoresalaatti L,M,G	Porsaan kassleria kermakastikkeessa L,G Perunat Kuumennettu kasvis Tuoresalaatti L,M,G
ILTA-PALA	Luomu ohrahiutalepuuro Hedelmäsose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ruishiutalepuuro Marjat L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu 4-viljan puuro Hedelmäsose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu vehnähiutalepuuro Mustikkasose/Mustikat Kasvis-/hedelmäpalat	Mannapuuro tai Riisihiutalepuuro L,G Vadelmakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu kaurahiutalepuuro Marjat L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Talon iltapala

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

Kursiivilla merkityt vain Emolan päiväkotit

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