



Ruoka- ja  
puhtauspalvelut

Mikkelin kaupunki, päivähoito

23.10. - 29.10.2023




Vko 43	MAANANTAI 23.10.	TIISTAI 24.10.	KESKIVIikko 25.10.	TORSTAI 26.10.	PERJANTAI 27.10.	LAUANTAI 28.10.	SUNNUNTAI 29.10.
<b>AAMU-PALA</b>	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 Hedelmä-/marjasose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Riisihiutalepuuro L,G Mustikkakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat
<b>LOUNAS</b>	Kana-porkkana-persikkapata L,G Täysjyväohra L,M Jäävuori-kurkku-tomaattisalaatti L,M,G	Sitruunaiset kalaleikkeet L,M Kylmä kurkkukastike L,G Perunasose L,G Kaali-porkkana-ananas-salaatti L,M,G	Soijapyörykkä-kastike L,M,G,VEG Täysjyväpasta L,M Kiinankaali-kurkku-paprikasalaatti L,M,G	Jauheliha-perunaviipalelaatikko L,G,S Kuumennettu kasvis Jäävuori-punakaali-tomaattisalaatti L,M,G	Kinkku-peruna-keitto L,M,G Ruispala L,M Kurkku Aurinkohedelmävanukas L,G	Mantelinen kalavuoka L,G Perunasose L,G Tuoresalaatti L,M,G	Jauhelihamureke L,M,G Kermakastike L,G Perunat Tuoresalaatti L,M,G
<b>VÄLI-PALA</b>	Ananaskiisseli L,M,G Täysjyväleipä L,M Kalkkunaleike L,M,G Paprika	Mustaherukkakiisseli L,M,G Ruisleipä L,M Kurkku	Vatkattu puolukka-puuro L,M Täysjyväleipä L,M Tomaatti	Mansikkakiisseli L,M,G Ruisleipä L,M Jääsalaatti Kurkku	Kaurarieskat L,M Juusto L,G Tomaatti Porkkanapölkkyt	Hedelmäsalaatti L,M,G Talon leipä L,M Tuore kasvis	Sitruunakiisseli L,M,G Vanilja-rahkavaahto L,G Talon leipä L,M Tuore kasvis
<b>PÄIVÄL-LINEN</b>	Kirjolahilaatikko L,G Kuumennettu kasvis Kaali-kurkkusalaatti L,M,G	Kana-porkkana-persikkapata L,G Täysjyväohra L,M Jäävuori-kurkku-tomaattisalaatti L,M,G	Sitruunaiset kalaleikkeet L,M Kylmä kurkkukastike L,G Perunasose L,G Kaali-porkkana-ananas-salaatti L,M,G	Soijapyörykkä-kastike L,M,G,VEG Täysjyväpasta L,M Kiinankaali-kurkku-paprikasalaatti L,M,G	Jauheliha-perunaviipalelaatikko L,G,S Kuumennettu kasvis Jäävuori-punakaali-tomaattisalaatti L,M,G	Mantelinen kalavuoka L,G Perunasose L,G Tuoresalaatti L,M,G	Jauhelihamureke L,M,G Kermakastike L,G Perunat Tuoresalaatti L,M,G
<b>ILTA-PALA</b>	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 Hedelmä-/marjasose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Riisihiutalepuuro L,G Mustikkakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat

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](http://www.mikkeli.fi/ruokalistat)

Vko 44	MAANANTAI 30.10.	TIISTAI 31.10.	KESKIVIikko 1.11.	TORSTAI 2.11.	PERJANTAI 3.11.	LAUANTAI 4.11.	SUNNUNTAI 5.11.
<b>AAMU-PALA</b>	Luomu kaurahiutalepuuro Marjat Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu vehnähiutalepuuro Vadelmasose Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ruishiutalepuuro Hedelmäsose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu 4-viljan puuro Marjat Raejuusto L,G Kasvis-/hedelmäpalat	Mannapuuro tai Talontuore Mansikkakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ohrahiutalepuuro Hedelmäsose Kasvis-/hedelmäpalat	Talon aamupala
<b>LOUNAS</b>	Possua perinteiseen tapaan L,G Täysjyväohra L,M Kiinankaali-kurkkutomaattisalaatti L,M,G	Kaalilaatikko L,M,G,S Puolukkahillo L,M,G Jäävuori-paprikasalaatti L,M,G 	Kirjolohimurekepihvit L,G Jogurtti-pikkelsikastike L,G Perunat Porkkana-kurkku-maissisalaatti L,M,G	Jauhelihakeitto L,M,G,S Sämpylä L,M Kurkku Hedelmäinen rahkajälkiruoka L,G	Broileripastapaistos L Sekavihannes Kaali-ananas-salaatti L,M,G	Appelsiini-sitruunakala L,M Perunasose L,G Tuoresalaatti L,M,G	Juustobroileri L,G Perunat Tuoresalaatti L,M,G
<b>VÄLI-PALA</b>	Suvmarjatti kiisseli L,M,G Kauraleipä L,M Kinkkuleikkele L,M,G Kurkku	Graham-mustikkapuuro L,M Ruislimppu L,M Tomaatti	Suklaakiisseli L,G Kauraleipä L,M Tomaatti	Grahampatonki L,M Juusto L,G Paprika Omena	MansikkasMOOTHIE L,G Hapankorput L,M Kurkkupölkkyt	Viili Vadelma-mansikka L,G Talon leipä L,M Tuore kasvis	Tropiikin hedelmät-kiisseli L,M,G Talon leipä L,M Tuore kasvis
<b>PÄIVÄL-LINEN</b>	Kinkku-peruna-keitto L,M,G Ruispala L,M Kurkku Aurinkohedelmävanukas L,G	Possua perinteiseen tapaan L,G Täysjyväohra L,M Kiinankaali-kurkkutomaattisalaatti L,M,G	Kaalilaatikko L,M,G,S Puolukkahillo Jäävuori-paprikasalaatti L,M,G	Kirjolohimurekepihvit L,G Jogurtti-pikkelsikastike L,G Perunat Porkkana-kurkku-maissisalaatti L,M,G	Jauhelihakeitto L,M,G,S Sämpylä L,M Kurkku Hedelmäinen rahkajälkiruoka L,G	Appelsiini-sitruunakala L,M Perunasose L,G Tuoresalaatti L,M,G	Juustobroileri L,G Perunat Tuoresalaatti L,M,G
<b>ILTA-PALA</b>	Luomu kaurahiutalepuuro Marjat Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu vehnähiutalepuuro Vadelmasose Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ruishiutalepuuro Hedelmäsose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu 4-viljan puuro Marjat Raejuusto L,G 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= keliakia ruokavalio, 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](http://www.mikkeli.fi/ruokalistat)

Vko 45	MAANANTAI 6.11.	TIISTAI 7.11.	KESKIVIIKKO 8.11.	TORSTAI 9.11.	PERJANTAI 10.11.	LAUANTAI 11.11.	SUNNUNTAI 12.11.
<b>AAMU-PALA</b>	Luomu 4-viljanpuuro Hedelmäsose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu kaurahiutalepuuro Vadelmakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Hedelmäjogurtti L,G Täysjyvämurot L,M Kananmuna Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu vehnähiutalepuuro Mustikkasose Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ruishiutalepuuro Hedelmäsose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Talon aamupala	<b>Isänpäivä</b> Talon puuro Mansikkakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat
<b>LOUNAS</b>	Nakkikastike L,G Perunat Amerikansalaatti-kurkku- tomaattisalaatti L,M,G	Kalapuikot L,M Kermaviilikastike L,G Perunasose L,G Porkkana-kurpitsa- salaatti L,M,G	<b>Makuja Kiinasta</b>  Kanaa Sweet&Sour L,M,G Täysjyväohra L,M Kiinankaali-paprika- salaatti L,M,G	Hernekeitto L,M,G Moniviljaruutu L,M Tomaatti Rahkapannukakut L Sekahillo L,M,G	Juusto-pinaattilasagne L Kuumennettu kasvis Kaalikurkku-salaatti L,M,G	Kuorrutettu kalavuoka L,G Perunasose L,G Tuoresalaatti L,M,G	Porsaan kassleria kerma- kastikkeessa L,G Kermaperunat L,G Tuoresalaatti L,M,G
<b>VÄLI-PALA</b>	Aurinkokiisseli L,M,G Ruisleipä L,M Juusto L,G Kurkku	Herukkakiisseli L,M,G Täysjyväleipä L,M Tomaatti	Vatkattu ruusunmarja- puuro L,M Kaurapatonki L,M Kurkku	Ruisleipä L,M Kanapalvileikkele L,M,G Paprika Päärynä	Jogurtti-rahkasoothie L,G Kaurarieskat L,M Porkkanapölkkyt	Omena-kanelikiisseli L,M,G Talon leipä L,M Tuore kasvis	Kaakao L,G Pulla L
<b>PÄIVÄL-LINEN</b>	Broileripastapaistos L Kuumennettu kasvis Kaali-ananas- salaatti L,M,G	Nakkikastike L,G Perunat Amerikansalaatti-kurkku- tomaattisalaatti L,M,G	Kalapuikot L,M Kermaviilikastike L,G Perunasose L,G Porkkana-kurpitsa- salaatti L,M,G	Kanaa Sweet&Sour L,M,G Täysjyväohra L,M Kiinankaali-paprika- salaatti L,M,G	Hernekeitto L,M,G Moniviljaruutu L,M Tomaatti Rahkapannukakut L Sekahillo L,M,G	Kuorrutettu kalavuoka L,G Perunasose L,G Tuoresalaatti L,M,G	Porsaan kassleria kerma- kastikkeessa L,G Kermaperunat L,G Tuoresalaatti L,M,G
<b>ILTA-PALA</b>	Luomu 4-viljanpuuro Hedelmäsose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu kaurahiutalepuuro Vadelmakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Hedelmäjogurtti L,G Täysjyvämurot L,M Kananmuna Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu vehnähiutalepuuro Mustikkasose 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 piiimää.



Sydänmerkki-ateria

Lihan alkuperämaa Suomi

Muutokset ruokalistaan mahdollisia. Ruokien tarkemmat aineosatiedot saat henkilökunnalta tai [www.mikkeli.fi/ruokalistat](http://www.mikkeli.fi/ruokalistat)




Ruoka- ja  
puhtauspalvelut

## Mikkelin kaupunki, päivähoito

13.11. - 19.11.2023



Vko 46	MAANANTAI 13.11.	TIISTAI 14.11.	KESKIVIikko 15.11.	TORSTAI 16.11.	PERJANTAI 17.11.	LAUANTAI 18.11.	SUNNUNTAI 19.11.
<b>AAMU-PALA</b>	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 Vadelmasose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ohrahiutalepuuro Keijusilmä L,M,G Kananmuna Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu vehnähiutalepuuro Hedelmäsose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Talon aamupala
<b>LOUNAS</b>	<b>Makuja Italiasta</b> Bolognese-kastike L,M,G,S Täysjyväpasta L,M Amerikansalaatti-kurkku- tomaattisalaatti L,M,G 	Possu-juurespaistos L,G Kiinankaali-kurkku- melonisalaatti L,M,G	Lihapullat L,M Rosépippurikastike L,G Perunat Kaali-porkkana-ananas- raaste L,M,G	Kirkas kalakeitto L,M,G Ruispala L,M Kurkku Kaura-omenapaistos L Vaniljakastike L,G	Pesto-broileripaistos L,G Kuumennettu kasvis Jäävuori-punakaali- tomaattisalaatti L,M,G	Porkkanaohukaiset L Juustokastike L,G Perunasose L,G Tuoresalaatti L,M,G	Kalkkunan palapaisti L,G Perunat Tuoresalaatti L,M,G
<b>VÄLI-PALA</b>	Mangokiisseli L,M,G Kauraleipä L,M Juusto L,G Tomaatti	Mansikkarahka L,G Ruisleipä L,M Kurkku	Karviaiskiisseli L,M,G Täysjyväleipä L,M Tomaatti	Sämpylä L,M Keittokinkku L,M,G Paprika Omena	Aurinkopuuro L,M Hapankorput L,M Kyssäkaalilohkot	Banaanijogurtti L,G Talon leipä L,M Tuore kasvis	Kuningatarkiisseli L,M,G Talon leipä L,M Tuore kasvis
<b>PÄIVÄL-LINEN</b>	Juusto-pinaattilasagne L Kuumennettu kasvis Kaalikurkku-salaatti L,M,G	Bolognese-kastike L,M,G,S Täysjyväpasta L,M Amerikansalaatti-kurkku- tomaattisalaatti L,M,G	Possu-juurespaistos L,G Kiinankaali-kurkku- melonisalaatti L,M,G	Lihapullat L,M Rosépippurikastike L,G Perunat Kaali-porkkana-ananas- raaste L,M,G	Kirkas kalakeitto L,M,G Ruispala L,M Kurkku Kaura-omenapaistos L Vaniljakastike L,G	Porkkanaohukaiset L Juustokastike L,G Perunasose L,G Tuoresalaatti L,M,G	Kalkkunan palapaisti L,G Perunat Tuoresalaatti L,M,G
<b>ILTA-PALA</b>	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 Vadelmasose L,M,G 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

Muutokset ruokalistaan mahdollisia. Ruokien tarkemmat aineosatiedot saat henkilökunnalta tai [www.mikkeli.fi/ruokalistat](http://www.mikkeli.fi/ruokalistat)





Ruoka- ja  
puhtauspalvelut


## Mikkelin kaupunki, päivähoito

20.11. - 26.11.2023




Vko 47	MAANANTAI 20.11.	TIISTAI 21.11.	KESKIVIikko 22.11.	TORSTAI 23.11.	PERJANTAI 24.11.	LAUANTAI 25.11.	SUNNUNTAI 26.11.
<b>AAMU-PALA</b>	Luomu ruishiutalepuuro Vadelmasose L,M,G 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	Mansikkajogurtti L,G Täysjyvämuut L,M Kasvis-/hedelmäpalat	Talon aamupala	Luomu vehnähiutalepuuro L,M Marjat L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat
<b>LOUNAS</b>	<b>Makuja Meksikosta</b>  Chili con carne L,M,G,S Täysjyväohra L,M Kiinankaali-kurkku-tomaattisalaatti L,M,G	Uunimakkara L,M,G,S Perunasose L,G Porkkana-kurkku-maissisalaatti L,M,G	Kana-kasvis-bolognese L,M,G Perunat Kaali-tomaatti-ananas-salaatti L,M,G	<b>Makuja Intiasta</b>  Kookos kalaa Tikka masala L,G Perunat Jäävuori-hunaja-salaatti L,M,G	Kasvisseikeitto L,G Sämpylä L,M Kinkkuleikkele L,M,G Paprika Vadelmarahka L,G	Kinkkuperunavuoka L,G Kuumennettu kasvis Tuoresalaatti L,M,G	Uunissa paistettu kala L,G Perunasose L,G Tuoresalaatti L,M,G
<b>VÄLI-PALA</b>	Persikkakiisseli L,M,G Ruisvuokaleipä L,M Kalkkunaleike L,M,G Kurkku	Marjajogurtti L,G Kauraleipä L,M Tomaatti	Mustikkakiisseli L,M,G Ruisvuokaleipä L,M Juusto L,G Kurkku	Mansikka-mannapuuro L,M Täysjyväleipä L,M Tomaatti	Hedelmäsmoothie L,M,G Voirinkeli L Kurkkupölyt	Marjat ja vaniljakastike L,G Talon leipä L,M Tuore kasvis	Sitruuna-mansikkakiisseli L,M,G Talon leipä L,M Tuore kasvis
<b>PÄIVÄL-LINEN</b>	Pesto-broileripaistos L,G Kuumennettu kasvis Jäävuori-punakaali-tomaattisalaatti L,M,G	Chili con carne L,M,G,S Täysjyväohra L,M Kiinankaali-kurkku-tomaattisalaatti L,M,G	Uunimakkara L,M,G,S Perunasose L,G Porkkana-kurkku-maissisalaatti L,M,G	Kana-kasvis-bolognese L,M,G Perunat Kaali-tomaatti-ananas-salaatti L,M,G	Kookos kalaa Tikka masala L,G Perunat Jäävuori-hunaja-salaatti L,M,G	Kinkkuperunavuoka L,G Kuumennettu kasvis Tuoresalaatti L,M,G	Uunissa paistettu kala L,G Perunasose L,G Tuoresalaatti L,M,G
<b>ILTA-PALA</b>	Luomu ruishiutalepuuro Vadelmasose L,M,G 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	Mansikkajogurtti 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= keliakiaruokavaliot, 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](http://www.mikkeli.fi/ruokalistat)

Vko 48	MAANANTAI 27.11.	TIISTAI 28.11.	KESKIVIIKKO 29.11.	TORSTAI 30.11.	PERJANTAI 1.12.	LAUANTAI 2.12.	SUNNUNTAI 3.12.
<b>AAMU-PALA</b>	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 Kasvis-/hedelmäpalat	Mannapuuro tai Riisihiutalepuuro L,G Vadelmakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu kaurahiutalepuuro Marjat L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	1. Adventtisunnuntai Talon aamupala
<b>LOUNAS</b>	Broilerikastike L,G Täysjyväkaura L,M,G Amerikansalaatti-kurkkutomaattisalaatti L,M,G	<b>Makuja Yhdysvalloista</b> Jauhelihipihvit L,M Mac&Cheese L Mehukas porkkana-raaste L,M,G Raejuusto L,G 	Kiinalainen possu-pata L,M,G Perunat Kiinankaali-paprikasalaatti L,M,G	Meksikolainen jauheliha-keitto L,G,S Sekavuokaleipä L,M Kurkku Mansikkainen rahkajälkiruoka L,G	Järvikalaperuna-laatikko L,G Kaali-kurkkusalaatti L,M,G Porkkanapölkkyt	Broilermurekeleike L,M Kylmä ananasdippi L,G Perunasose L,G Tuoresalaatti L,M,G	Possun palapaisti L,G Perunat Tuoresalaatti L,M,G
<b>VÄLI-PALA</b>	Ruusunmarjakiisseli L,M,G Täysjyväleipä L,M Juusto L,G Kurkku	MustikkasMOOTHIE L,G Ruisleipä L,M Paprika	Marjakiisseli L,M,G Kauraleipä L,M Tomaatti	Sämpylä L,M Kinkkuleikkele L,M,G Jääsalaatti ja kurkku Banaani	Suklaapuuro L Sekavuokaleipä L,M Tomaatti	Rahka&mansikkakeitto L,G Talon leipä L,M Tuore kasvis	Kaakao L,G Joulutorttu L
<b>PÄIVÄL-LINEN</b>	Kasvisseikeitto L,G Sämpylä L,M Kinkkuleikkele L,M,G Paprika Vadelmarahka L,G	Broilerikastike L,G Täysjyväkaura L,M,G Amerikansalaatti-kurkkutomaattisalaatti L,M,G	Jauhelihipihvit L,M Mac&Cheese L Mehukas porkkana-raaste L,M,G Raejuusto L,G	Kiinalainen possu-pata L,M,G Perunat Kiinankaali-paprikasalaatti L,M,G	Meksikolainen jauheliha-keitto L,G,S Sekavuokaleipä L,M Kurkku Mansikkainen rahkajälkiruoka L,G	Broilermurekeleike L,M Kylmä ananasdippi L,G Perunasose L,G Tuoresalaatti L,M,G	Possun palapaisti L,G Perunat Tuoresalaatti L,M,G
<b>ILTA-PALA</b>	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 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

Muutokset ruokalistaan mahdollisia. Ruokien tarkemmat ainesosatiedot saat henkilökunnalta tai [www.mikkeli.fi/ruokalistat](http://www.mikkeli.fi/ruokalistat)