



Ruoka- ja
puhtauspalvelut

Mikkelin kaupunki, päivähoito

26.8. - 1.9.2024



Vko 35	MAANANTAI 26.8.	TIISTAI 27.8.	KESKIVIikko 28.8.	TORSTAI 29.8.	PERJANTAI 30.8.	LAUANTAI 31.8.	SUNNUNTAI 1.9.
AAMU-PALA	Luomu 4-viljan puuro Omenasose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu vehnähiutalepuuro Mansikkasose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ohrahiutalepuuro Mustikkakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ruishiutalepuuro Keijusilmä L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu kaurahiutalepuuro Mansikkasose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Mannapuuro sis. L/G tai Riisihutalepuuro L Omenasose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu 4-viljan puuro Mustikkakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat
LOUNAS	Kermainen kinkkukastike L Täysjyväpasta L,M Amerikansalaatti-kurkkutomaattisalaatti L,M,G	Kalapuikot L,M Kermaviilikastike L,G Perunasose L,G Punakaali-porkkana-salaatti L,M,G	Kana-porkkana-persikkapata L,G Täysjyväkaura L,M,G Kiinankaali-kurkku-retiisi-salaatti L,M,G	Pinaattikeitto L,G Kananmuna Aittaleipä L,M Tomaattiviipaleet Kuningatarkiisseli L,M,G	Kirjolohilaatikko L,G Herneet Jäävuori-kurkku-paprika-salaatti L,M,G	Broilermurekeleike L,M Kuumennettu kasvis Perunasose L,G Tuoresalaatti L,M,G	Jauhelihakastike L,M,G,S Perunat Tuoresalaatti L,M,G
VÄLI-PALA	Aprikoosikiisseli L,M,G Ruisleipä L,M Kurkkuviipaleet	Hedelmäsalaatti L,M,G Sämpylä L,M Kinkkuleikkele L,M,G Tomaattiviipaleet	Marjajogurtti L,G Ruisleipä L,M Kurkkuviipaleet	Luomu hedelmä-smoothie L,M,G Moniviljaruutu L,M Juusto L,G Jääsalaatti; Paprika	Suklaapuuro L Hapankorput/Talon leipä L,M Tomaattiviipaleet	Viilis mansikka-banaani L,G Talon leipä L,M Tuore kasvis	Päärynäkiisseli L,M Talon leipä L,M Tuore kasvis
PÄIVÄL-LINEN	Jauhelihakeitto L,M,G,S Sämpylä L,M Tomaattiviipaleet Kauraomenapaistos L Vaniljakastike L,G	Kermainen kinkkukastike L Täysjyväpasta L,M Amerikansalaatti-kurkkutomaattisalaatti L,M,G	Kalapuikot L,M Kermaviilikastike L,G Perunasose L,G Punakaali-porkkana-salaatti L,M,G	Kana-porkkana-persikkapata L,G Täysjyväkaura L,M,G Kiinankaali-kurkku-retiisi-salaatti L,M,G	Pinaattikeitto L,G Kananmuna Aittaleipä L,M Tomaattiviipaleet Kuningatarkiisseli L,M,G	Broilermurekeleike L,M Kuumennettu kasvis Perunasose L,G Tuoresalaatti L,M,G	Jauhelihakastike L,M,G,S Perunat Tuoresalaatti L,M,G
ILTA-PALA	Luomu 4-viljan puuro Omenasose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu vehnähiutalepuuro Mansikkasose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ohrahiutalepuuro Mustikkakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ruishiutalepuuro Keijusilmä L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu kaurahiutalepuuro Mansikkasose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Mannapuuro sis. L/G tai Riisihutalepuuro L Hedelmäsose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu 4-viljan puuro 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

Vko 36	MAANANTAI 2.9.	TIISTAI 3.9.	KESKIVIIKKO 4.9.	TORSTAI 5.9.	PERJANTAI 6.9.	LAUANTAI 7.9.	SUNNUNTAI 8.9.
AAMU-PALA	Luomujogurtti L,G Mansikkasose L,M,G Täysjyvämurot L,M Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu 4-viljan puuro Vadelmasose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Suomalaisen ruoan päivä Luomu vehnähiutalepuuro Marjat L,M,G Raejuusto L,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ohrahiutalepuuro Päärynäosose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ruishiutalepuuro Mansikkakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu kaurahiutalepuuro Vadelmasose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Talon aamupala
LOUNAS	Kana-kasvis- bolognese L,M,G Perunat Kiinankaali-kurkku- tomaattisalaatti L,M,G	Possu-juurespaistos L,G Porkkana-kurkku- raaste L,M,G	Järvikalapihvit L,G Tilli-kermakastike L,G Perunat Kaali-retiisi-kurkku- salaatti L,M,G	Kasvissosekeitto L,G Kauraleipä L,M Kanapalvileikkele L,M,G Tomaattiviipaleet Marjakiisseli L,M,G	Jauhelihamakaroni- laatikko L,S Porkkana-kurkku-maissi- salaatti L,M,G	Broileri-kasviskastike L,G Perunat Tuoresalaatti L,M,G	Lohikiusaus L,G Kuumennettu kasvis Tuoresalaatti L,M,G
VÄLI-PALA	Ruusunmarjakiisseli L,M,G Banaaniviipaleet Ruisleipä L,M Kurkkuviipaleet	Riisipiirakka L Kalkkunaleike L,M,G Paprikasuikaleet Omena	Vatkattu puolukka- puuro L,M Ruisleipä L,M Kurkkuviipaleet	Ohukaiset L Vadelmahillo L,M,G Luumut	Hedelmäinen rahka- jälkiruoka L,G Talon leipä/Näkkileipä L,M Kurkkupölkkyt	Sämpylä L,M Juusto L,G Tuore kasvis	Mangokiisseli L,M,G Talon leipä L,M Tuore kasvis
PÄIVÄL-LINEN	Kirjolohilaatiko L,G Herneet Jäävuori-kurkku-paprika- salaatti L,M,G	Kana-kasvis- bolognese L,M,G Perunat Kiinankaali-kurkku- tomaattisalaatti L,M,G	Possu-juurespaistos L,G Porkkana-kurkku- raaste L,M,G	Järvikalapihvit L,G Tilli-kermakastike L,G Perunat Kaali-retiisi-kurkku- salaatti L,M,G	Kasvissosekeitto L,G Kauraleipä L,M Kanapalvileikkele L,M,G Tomaattiviipaleet Marjakiisseli L,M,G	Broileri-kasviskastike L,G Perunat Tuoresalaatti L,M,G	Lohikiusaus L,G Kuumennettu kasvis Tuoresalaatti L,M,G
ILTA-PALA	Luomujogurtti L,G Mansikkasose L,M,G Täysjyvämurot L,M Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu 4-viljan puuro Vadelmasose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu vehnähiutalepuuro Marjat L,M,G Raejuusto L,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ohrahiutalepuuro Päärynäosose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ruishiutalepuuro Mansikkakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu kaurahiutalepuuro Vadelmasose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	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

9.9. - 15.9.2024



Vko 37	MAANANTAI 9.9.	TIISTAI 10.9.	KESKIVIikko 11.9.	TORSTAI 12.9.	PERJANTAI 13.9.	LAUANTAI 14.9.	SUNNUNTAI 15.9.
AAMU-PALA	Luomu kaurahiutalepuuro Mustikkasose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Mannapuuro sis. L/G tai Riisihiutalepuuro L Vadelmakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu 4-viljanpuuro Mangosose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu vehnähiutalepuuro Mustikkasose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ohrahiutalepuuro Mangosose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Talon aamupala	Luomu kaurahiutalepuuro Vadelmakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat
LOUNAS	Broilerikastike L,G Riisi-moniviljaseos L,M Amerikansalaatti-kurkku- tomaattisalaatti L,M,G	Pinaattihukaiset L Puolukkahillo L,M,G Perunasose L,G Porkkana-ananas- raaste L,M,G	Kiinalainen possu- pata L,M,G Täysjyvänuudelit L,M Jäävuori-hunajameloni- salaatti L,M,G	Kalakeitto L,G Ruispala vähäsuol. L,M Paprikasuikaleet Karviaiskiisseli L,M,G	Jauheliha-peruna- viipalelaatikko L,G,S Porkkanakuutiot Punakaaliviher- salaatti L,M,G	Broileri-paprikastike L,G Perunat Tuoresalaatti L,M,G	Palapaisti L,G,S Perunat Tuoresalaatti L,M,G
VÄLI-PALA	Appelsiini kiisseli L,M,G Täysjyväleipä L,M Juusto L,G Tomaattiviipaleet	Marjasekoitus L,M,G Vaniljakastike L,G Sämpylä L,M Kurkkuviipaleet	Mustikkakiisseli L,M,G Kaurarieskaset L,M Kurkkuviipaleet	Sämpylä L,M Kalkkunaleike L,M,G Tomaattiviipaleet Omena	Maitokiisseli L,G Mansikkahillo L,M,G Hapankorput/Talon leipä L,M Kurkkuviipaleet	Tropiikinhedelmät- kiisseli L,M,G Talon leipä L,M Tuore kasvis	Pehmeä rahka-mansikka- keitto L,G Talon leipä L,M Tuore kasvis
PÄIVÄL-LINEN	Jauhelihamakaroni- laatikko L,S Porkkana-kurku-maissi- salaatti L,M,G	Broilerikastike L,G Riisi-moniviljaseos L,M Amerikansalaatti-kurkku- tomaattisalaatti L,M,G	Pinaattihukaiset L Puolukkahillo L,M,G Perunasose L,G Porkkana-ananas- raaste L,M,G	Kiinalainen possu- pata L,M,G Täysjyvänuudelit L,M Jäävuori-hunajameloni- salaatti L,M,G	Kalakeitto L,G Ruispala vähäsuol. L,M Paprikasuikaleet Karviaiskiisseli L,M,G	Broileri-paprikastike L,G Perunat Tuoresalaatti L,M,G	Palapaisti L,G,S Perunat Tuoresalaatti L,M,G
ILTA-PALA	Luomu kaurahiutalepuuro Mustikkasose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Mannapuuro sis. L/G tai Riisihiutalepuuro L Vadelmakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu 4-viljanpuuro Mangosose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu vehnähiutalepuuro Mustikkasose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ohrahiutalepuuro Mangosose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Talon iltapala	Luomu kaurahiutalepuuro Vadelmakeitto 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



Ruoka- ja
puhtauspalvelut

Mikkelin kaupunki, päivähoito

16.9. - 22.9.2024



Vko 38	MAANANTAI 16.9.	TIISTAI 17.9.	KESKIVIikko 18.9.	TORSTAI 19.9.	PERJANTAI 20.9.	LAUANTAI 21.9.	SUNNUNTAI 22.9.
AAMU-PALA	Luomu ruishiutalepuuro Keijusilmä L,M,G Kananmuna L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu kaurahiutalepuuro Mustikkakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu 4-viljanpuuro Aprikoosisose L,G Kasvis-/hedelmäpalat	Hedelmäjogurtti L,G Täysjyvämurot L,M Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu vehnähiutalepuuro Mansikkasose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ohrahiutalepuuro Aprikoosisose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Talon aamupala
LOUNAS	Makkarakastike L,G Perunat Amerikansalaatti-kurkku- tomaattisalaatti L,M,G	Mantelikala L,M Sitruuna-persiljakastike L,G Perunasose L,G Punakaali-porkkana- salaatti L,M,G	Kaali-jauheliha- pata L,M,G,S Jäävuori-kurkku-paprika- salaatti L,M,G	Broileri-pastapaistos L Kiinankaali-kurkku- omenasalaatti L,M,G	Peruna-porkkanasose- keitto L,G Ruispala L,M Tomaattiviipaleet Suklaakiisseli L,G	Kinkkukiusaus L,G Kuumennettu kasvis Tuoresalaatti L,M,G	Juustomestarinlohi L,G Perunasose L,G Tuoresalaatti L,M,G
VÄLI-PALA	Suvmarjat-kiisseli L,M,G Täysjyväruisleipä L,M Juusto L,G Tomaattiviipaleet	Hedelmäkiisseli L,M,G Kauraleipä L,M Kurkkuviipaleet	Vadelmainen rahka- jälkiruoka L,G Täysjyväruisleipä L,M Tomaattiviipaleet	Herukkakiisseli L,M,G Kaurarieskanen L,M Paprikasuikaleet	Grahamsämpylä L,M Kinkkuleikkele L,M,G Kurkkuviipaleet Banaani	Vaniljajogurtti L,G Marjasekoitus L,M,G Talon leipä L,M Tuore kasvis	Omena-kanelikiisseli L,M,G Talon leipä L,M Tuore kasvis
PÄIVÄL-LINEN	Jauheliha-peruna- viipalelaatikko L,G,S Porkkanakuutiot Punakaaliviher- salaatti L,M,G	Makkarakastike L,G Perunat Amerikansalaatti-kurkku- tomaattisalaatti L,M,G	Mantelikala L,M Sitruuna-persiljakastike L,G Perunasose L,G Punakaali-porkkana- salaatti L,M,G	Kaali-jauheliha- pata L,M,G,S Jäävuori-kurkku-paprika- salaatti L,M,G	Broileri-pastapaistos L Kiinankaali-kurkku- omenasalaatti L,M,G	Kinkkukiusaus L,G Kuumennettu kasvis Tuoresalaatti L,M,G	Juustomestarinlohi L,G Perunasose L,G Tuoresalaatti L,M,G
ILTA-PALA	Luomu ruishiutalepuuro Keijusilmä L,M,G Kananmuna L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu kaurahiutalepuuro Mustikkakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu 4-viljanpuuro Aprikoosisose L,G Kasvis-/hedelmäpalat	Hedelmäjogurtti L,G Täysjyvämurot L,M Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu vehnähiutalepuuro Mansikkasose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ohrahiutalepuuro Hedelmäsose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Talon iltapala

VL= vähälaktoosinen, L= laktoositon, M= maitoproteiiniton, G= keliakiaruokavaliio, 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

Vko 39	MAANANTAI 23.9.	TIISTAI 24.9.	KESKIVIikko 25.9.	TORSTAI 26.9.	PERJANTAI 27.9.	LAUANTAI 28.9.	SUNNUNTAI 29.9.
AAMU-PALA	Luomu ohrahiutalepuuro Omenasose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ruishiutalepuuro Marjat L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu kaurahiutalepuuro Vadelmasose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Mannapuuro sis. L/G tai Riisihiutalepuuro L Omenasose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu 4-viljan puuro Mansikkakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu vehnähiutalepuuro Vadelmasose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Talon aamupala
LOUNAS	Jauhelihakastike L,M,G,S Täysjyväspagetti L,M Kiinankaali-kurkkutomaattisalaatti L,M,G	Tomaattinen kana-kiusaus L,G Kaali-kurkku-paprikasalaatti L,M,G	Särkisen kalapyörökät L,G Jogurtti-pikkelssi-kastike L,G Perunat Jäävuori-porkkana-kurkkusalaatti L,M,G	Hernekeitto L,M,G Ruisvuokaleipä L,M Tomaattiviipaleet Rahkapannukakut L Mansikkahillo L,M,G	Broileri-nuudeliuoka L Kaali-retiisi-kurkkusalaatti L,M,G	Kapteenin kalakuviot L,M Kuumennettu kasvis Kermaperunat L,G Tuoresalaatti L,M,G	Nakki-perunasose-laatikko L,G Tuoresalaatti L,M,G
VÄLI-PALA	Aurinkokiisseli L,M,G Täysjyväleipä L,M Kurkkuviipaleet	Mustikkakeitto L,M,G Luomu ruislimppuviipale L,M Juusto L,G Tomaattiviipaleet	Kaakao L,G Riisipiirakka L Kanapalvileikkele L,M,G Omena	Vadelmakiisseli L,M,G Täysjyväleipä L,M Kurkkuviipaleet	Tuttifruittijogurtti L,G Hapankorput/Talon leipä L,M Tomaattiviipaleet	Grahamlihapirakka L,M Tuore kasvis	Mustikka-vadelmakiisseli L,M,G Talon leipä L,M Tuore kasvis
PÄIVÄL-LINEN	Peruna-porkkanasose-keitto L,G Ruispala L,M Tomaattiviipaleet Suklaakiisseli L,G	Jauhelihakastike L,M,G,S Täysjyväspagetti L,M Kiinankaali-kurkkutomaattisalaatti L,M,G	Tomaattinen kana-kiusaus L,G Kaali-kurkku-paprikasalaatti L,M,G	Särkisen kalapyörökät L,G Jogurtti-pikkelssi-kastike L,G Perunat Jäävuori-porkkana-kurkkusalaatti L,M,G	Hernekeitto L,M,G Ruisvuokaleipä L,M Tomaattiviipaleet Rahkapannukakut L Mansikkahillo L,M,G	Kapteenin kalakuviot L,M Kuumennettu kasvis Kermaperunat L,G Tuoresalaatti L,M,G	Nakki-perunasose-laatikko L,G Tuoresalaatti L,M,G
ILTA-PALA	Luomu ohrahiutalepuuro Omenasose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ruishiutalepuuro Marjat L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu kaurahiutalepuuro Vadelmasose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Mannapuuro sis. L/G tai Riisihiutalepuuro L Omenasose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu 4-viljan puuro Mansikkakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu vehnähiutalepuuro Vadelmasose 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, leivettä, maitoa ja piimää.



Sydänmerkki-ateria

Lihan alkuperämaa Suomi

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

Vko 40	MAANANTAI 30.9.	TIISTAI 1.10.	KESKIVIikko 2.10.	TORSTAI 3.10.	PERJANTAI 4.10.	LAUANTAI 5.10.	SUNNUNTAI 6.10.
AAMU-PALA	Luomu vehnähiutalepuuro Mustikkasose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Maailman kasvissyönnin päivä Luomu ohrahiutalepuuro Päärynäsose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ruishiutalepuuro Vadelmakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu kaurahiutalepuuro Päärynäsose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu vehnähiutalepuuro Mustikkasose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Talon aamupala	Talon puuro L,M Vadelmakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat
LOUNAS	Possun palapaisti L,G Perunat Amerikansalaatti-kurkkutomaattisalaatti L,M,G	Porkkanapihvit L,M,G Puolukkahillo Perunasose L,G Punakaali-viher-salaatti L,M,G	Intialainen kana-keitto L,G Kaurarieska L,M Kurkkuviipaleet Mansikkakiisseli L,M,G	Merenkulkijan kala-kuutiot L,G Perunat Porkkana-ananas-raaste L,M,G	Jauhelihakeitto L,M,G,S Ruisvuokaleipä L,M Tomaattiviipaleet Kaakao L,G Korvapuusti L	Broilerikiusaus L,G Kuumennettu kasvis Tuoresalaatti L,M,G	Lihapullakastike L,G Perunat Tuoresalaatti L,M,G
VÄLI-PALA	Mangokiisseli L,M,G Kaurapuikula L,M Tomaattiviipaleet	Täysjyvämurot L,M Luomumaito L,G Ruisleipä L,M Juusto L,G Kurkkuviipaleet	Kaura-ruissydän L,M Kalkkunaleike L,M,G Jääsalaatti Paprikasuikaleet	MustikkasMOOTHIE L,G Kaurapuikula L,M Kurkkuviipaleet	Vatkattu puolukka-puuro L,M Talon leipä/Näkkileipä L,M Porkkanapölkkyt	Välipalajogurtti L,G Talon leipä L,M Tuore kasvis	Päärynäkiisseli L,M Talon leipä L,M Tuore kasvis
PÄIVÄL-LINEN	Broileri-nuudeliuoka L Kaali-retiisi-kurkkusalaatti L,M,G	Possun palapaisti L,G Perunat Amerikansalaatti-kurkkutomaattisalaatti L,M,G	Porkkanapihvit L,M,G Puolukkahillo Perunasose L,G Punakaali-viher-salaatti L,M,G	Intialainen kana-keitto L,G Kaurarieska L,M Kurkkuviipaleet Mansikkakiisseli L,M,G	Merenkulkijan kala-kuutiot L,G Perunat Porkkana-ananas-raaste L,M,G	Broilerikiusaus L,G Kuumennettu kasvis Tuoresalaatti L,M,G	Lihapullakastike L,G Perunat Tuoresalaatti L,M,G
ILTA-PALA	Luomu vehnähiutalepuuro Mustikkasose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ohrahiutalepuuro Päärynäsose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu ruishiutalepuuro Vadelmakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu kaurahiutalepuuro Päärynäsose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Luomu vehnähiutalepuuro Mustikkasose L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat	Talon iltapala	Talon puuro L,M Vadelmakeitto L,M,G Kasvis-/hedelmäpalat

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