

Välipalat iltapäiväkerholaisille

Viikko 3

Ma	12.1.	Ruistassu (VL,L,M,K,S,N,V), lihaleikkele (VL,L,M,K,G,N)
Ti	13.1.	Luokat 1, 3, 4: luomuluonnonjogurtti (VL,L,K,G,S,N), ananas-persikkapalat (VL,L,M,K,G,S,N,V) Luokka 2 eväät: vadelma-granaattiomenajogurtti (VL,L,K,G,S,N), hedelmä
Ke	14.1.	Riisipiirakka (VL,L,S,N), kananmunalevite (VL,L,M,G,S,N)
To	15.1.	Luokat 1, 2: kuningatarkiisseli (VL,L,M,K,G,S,N,V), sulatejuusto (VL,L,K,G,S,N) Luokat 3, 4 eväät: vadelma-granaattiomenajogurtti (VL,L,K,G,S,N), hedelmä
Pe	16.1.	Luokat 2, 3, 4: perunarieska (VL,L,M,K,S,N,V), juustoviipaleet (VL,L,K,G,S,N) Luokat 1 eväät: vadelma-granaattiomenajogurtti (VL,L,K,G,S,N), hedelmä

Viikko 4

Ma	19.1.	Maissihiutaleet (VL,L,M,K,G,S,N,V), kotimaiset marjat (VL,L,M,K,S,N,V)
Ti	20.1.	Luokat 1, 3, 4: marjakiisseli (VL,L,M,K,G,S,N,V), Italian yrtit -tuorejuusto (VL,L,K,G,S,N) Luokka 2 eväät: vadelmakaakao proteiinipirtelö (VL,L,K,G,S,N), hedelmä
Ke	21.1.	Omena-kaneli rahkaohukainen (VL,L,S,N), omenasose (VL,L,M,K,G,S,N,V)
To	22.1.	Luokat 1, 2: banaanihedelmäsalaatti (VL,L,M,K,G,S,N,V), sulatejuusto (VL,L,K,G,S,N) Luokka 3, 4 eväät: vadelmakaakao proteiinipirtelö (VL,L,K,G,S,N), hedelmä
Pe	23.1.	Luokat 2, 3, 4: ruispalaleipä (VL,L,M,K,S,N,V), juustoviipaleet (VL,L,K,G,S,N) Luokat 1 eväät: vadelmakaakao proteiinipirtelö (VL,L,K,G,S,N), hedelmä

Viikko 5

Ma	26.1.	Grahamsämpylä (VL,L,M,K,S,N,V), broilerileikkele (VL,L,M,K,G,S,N)
Ti	27.1.	Luokat 1, 3, 4: ohravatruska (VL,L,S,N), hedelmä Luokka 2 eväät: mango-passion juotava jogurtti (VL,L,K,G,S,N), hedelmä
Ke	28.1.	Jyvätiset vuokaleipäviipaleet (VL,L,M,K,S,N,V), juustoviipaleet (VL,L,K,G,S,N)
To	29.1.	Luokat 1, 2: vaahdotettu puolukkapuuro (VL,L,M,K,S,N,V), ruohosipulituorejuusto (VL,L,K,G,S,N) Luokka 3, 4 eväät: mango-passion juotava jogurtti (VL,L,K,G,S,N), hedelmä
Pe	30.1.	Luokat 2, 3, 4: raparperi-mansikkakiisseli (VL,L,M,K,G,S,N,V), sulatejuusto (VL,L,K,G,S,N) Luokat 1 eväät: mango-passion juotava jogurtti (VL,L,K,G,S,N), hedelmä

Välipalalla on aina tarjolla maitoa, piimää ja vettä. Lisäksi tarjolla on päivittäin näkkileipää (VL,L,M,K,S,N,V), ruisvuokaviipaleita (VL,L,M,K,S,N,V), margariinia ja vihanneksia/salaattia.

VL = vähälaktoosinen
L = laktoositon
M = maidoton
K = kananmunaton
G = gluteeniton
S = sianlihaton
N = naudanlihaton
V = vegaaninen

