

Välipalat iltapäiväkerholaisille

Viikko 19

Ma	4.5.	Kauratassu (VL,L,M,K,S,N,V), tuorejuusto (VL,L,K,G,S,N)
Ti	5.5.	Luokat 1, 3, 4: melonihedelmäsalaatti (VL,L,M,K,G,S,N,V), sulatejuusto (VL,L,K,G,S,N) Luokka 2 eväät: päärynä kauravälipalapatukka (VL,L,K,S,N,V), banaani
Ke	6.5.	Marjarahka (VL,L,K,G,S,N), ruispala (VL,L,M,K,S,N,V)
To	7.5.	Luokat 1, 2: kasvistasku kaurakuorella (VL,L,M,S,N,V), ketsuppi (VL,L,M,K,G,S,N,V) , hedelmä Luokka 3, 4 eväät: päärynä kauravälipalapatukka (VL,L,K,S,N,V), banaani
Pe	8.5.	Luokat 2, 3, 4: tortilla (VL,L,M,K,S,N,V), tomaattisalsa (VL,L,M,K,S,N,V), juustoviipaleet (VL,L,K,G,S,N) Luokat 1 eväät: päärynä kauravälipalapatukka (VL,L,K,S,N,V), banaani

Viikko 20

Ma	11.5.	Luomuluonnonjogurtti (VL,L,K,G,S,N), hedelmäsose (VL,L,M,K,G,S,N,V)
Ti	12.5.	Luokat 1, 3, 4: rieska (VL,L,M,K,S,N,V), juustoviipaleet (VL,L,K,G,S,N) Luokka 2 eväät: kaakao proteiinipirtelö (VL,L,K,G,S,N), hedelmä
Ke	13.5.	pinaattiohukaiset (VL,L,S,N), puolukkahillo (VL,L,M,K,G,S,N,V)
To	14.5.	Helatorstai
Pe	15.5.	Omenakiisseli (VL,L,M,K,G,S,N,V), vaaleat leipäviipaleet (VL,L,M,K,S,N,V) Luokat 1 eväät: kaakao proteiinipirtelö (VL,L,K,G,S,N), hedelmä

Viikko 21

Ma	18.5.	Kaurasämpylä (VL,L,M,K,S,N), juustoviipaleet (VL,L,K,G,S,N)
Ti	19.5.	Luokat 1, 3, 4: Suklaakiisseli (VL,L,K,G,S,N), Luokka 2 eväät: tummasuklainen välipalakeksi (VL,L,M,K,S,N,V), omena, banaani
Ke	20.5.	Riisivatruska (VL,L,S,N), hedelmä
To	21.5.	Kaikilla eväät: banaanijogurtti (VL,L,K,G,S,N), hedelmä
Pe	22.5.	Luokat 2, 3,4: porkkana-grahampiiirakka (VL,L,M,K,S,N,V), ketsuppi (VL,L,M,K,G,S,N,V) Luokka 1 eväät: tummasuklainen välipalakeksi (VL,L,M,K,S,N,V), omena, banaani

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

