



# Seinäjoki

## Välipalalista 2020-2021

Iltapäivätoiminta  
Halkosaari, Kertunlaakso, Pajuluoma

### Ruokalistan viikko

| Vk 1 | Vk 2 | Vk 3 | Vk 4 | Vk 5 | Vk 6 |
|------|------|------|------|------|------|
|------|------|------|------|------|------|

### Kalenteriviikko

|                           |                          |                          |                          |                           |                       |
|---------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|---------------------------|-----------------------|
| 34, 40, 46, 52, 6, 12, 18 | 35, 41, 47, 1, 7, 13, 19 | 36, 42, 48, 2, 8, 14, 20 | 37, 43, 49, 3, 9, 15, 21 | 38, 44, 50, 4, 10, 16, 22 | 39, 45, 51, 5, 11, 17 |
|---------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|---------------------------|-----------------------|

|                       |                                       |                                           |                                             |                                 |                                            |                                           |
|-----------------------|---------------------------------------|-------------------------------------------|---------------------------------------------|---------------------------------|--------------------------------------------|-------------------------------------------|
| <b>Ma</b><br>välipala | Grahamlihapirakka<br>Kasviksia        | Riisipiirakka<br>Kananmuna<br>Kasviksia   | Pehmeä leipä<br>Juusto<br>Hedelmäpaloja     | Jogurtti<br>Pehmeä leipä        | Jogurtti<br>Mysli                          | Pehmeä leipä<br>Juusto<br>Hedelmä         |
| <b>Ti</b><br>Välipala | Marja- tai hedelmärahka<br>Kasviksia  | Murot<br>Maito<br>Kasviksia               | Porkkanaohukaiset<br>Marjasose<br>Kasviksia | Ohukaiset<br>Kasviksia          | Lihapyörykkä<br>Juusto<br>Kasviksia        | Smoothie<br>Pehmeä leipä                  |
| <b>Ke</b><br>välipala | Kiisseli<br>Pehmeä leipä<br>Leikkele  | Riisipuuro<br>Kasviksia                   | Kiisseli<br>Pehmeä leipä<br>Kasviksia       | Hedelmäsalaatti<br>Pehmeä leipä | Mansikkajuoma<br>Pehmeä leipä<br>Kasviksia | Pehmeä leipä<br>Leikkele<br>Hedelmäpaloja |
| <b>To</b><br>välipala | Pehmeä leipä<br>Leikkele<br>Kasviksia | Kasviksia ja dippikastike<br>Pehmeä leipä | Riisipiirakka<br>Leikkele<br>Kasviksia      | Graham-mustikkapuuro            | Murot<br>Maito<br>Kasviksia                | Lämmin leipä<br>Kasviksia                 |
| <b>Pe</b><br>välipala | Pehmeä leipä<br>Juusto<br>Hedelmää    | Jogurtti<br>Pehmeä leipä<br>Leikkele      | Tropiikin herkku<br>Pehmeä leipä            | Ruusunmarjaherkku<br>Kasviksia  | Kiisseli<br>Kasviksia                      | Jäätelö<br>Juusto<br>Kasviksia            |

Välipalalla tarjotaan aina näykkileipää, levitettä ja rasvatonta maitoa.

Muutokset mahdollisia ja niistä ilmoitetaan erikseen.