



Seinäjoki

Välipalalista 2020-2021

Iltapäivätoiminta

Lintuviidan koulu, Keski-Nurmon koulu, Kirja-Matin koulu, Kärjen koulu, Tanelinrannan koulu, Toivolannan koulu, Valkiavuoren koulu

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
---------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	---------------------------	-----------------------

Ma välipala	Grahamlihapirakka Kasviksia	Riisipiirakka Kananmuna Kasviksia	Pehmeä leipä Juusto Hedelmäpaloja	Marjajogurtti Pehmeä leipä	Lihapyörykkä Juusto Kasviksia	Marja- tai hedelmä jogurtti Mysli
Ti välipala	Marja- tai hedelmärahka Kasviksia	Murot Maito Kasviksia	Porkkanaohukaiset Marjasose Kasviksia	Helmipuuro Hedelmäsose	Mansikkajuoma Pehmeä leipä Kasviksia	Smoothie Pehmeä leipä
Ke välipala	Kiisseli Pehmeä leipä Leikkele	Riisipuuro Kasviksia	Riisipiirakka Leikkele Kasviksia	Hedelmäsalaatti Pehmeä leipä	Mannapuuro Marja- tai hedelmäsose	Pehmeä leipä Kananmuna Hedelmäpaloja
To välipala	Pehmeä leipä Leikkele Kasviksia	Kasviksia ja dippikastike Pehmeä leipä	Kiisseli Pehmeä leipä Kasviksia	Leseinen pannari Marjasose Kasviksia	Murot Maito Kasviksia	Kinkkumunakas Kasviksia
Pe välipala	Välipala talon tapaan	Välipala talon tapaan	Välipala talon tapaan	Välipala talon tapaan	Välipala talon tapaan	Välipala talon tapaan

Lounaalla ja välipalalla tarjotaan aina näkkileipää, levitettä ja rasvatonta maitoa.