



Välipalalista Amanda Jyväskylän normaalikoulu

Välipalaan kuuluu päivittäin leipä, levite ja maito. Tarkistathan allergialistan henkilökunnalta

Viikot 32, 38, 46

Ma: Pinaattihukainen, hillo, hedelmä

Ti: Vispipuuro, tuorepala, leikkele

Ke: Rahka ja mansikkakeitto

To: Murot, hedelmä, juusto

Pe: Kalapyörykkä, tuorepala

Viikot 33,39,47

Ma: Omanleipomon sämpylä, leikkele

Ti: Suklaavaahto, tuorepala, hedelmä

Ke: Hedelmärahka, leikkele

To: Kaurapuuro, hillo

Pe: Grahampiirakka, tuorepala

Viikot 34, 40, 48

Ma: Kalapuikot/pihvit, tuorepala, leikkele

Ti: Mehukeitto, juusto, tuorepala

Ke: Riisipuuro, kaneli/sokeri, hedelmä

To: Luonnonjogurtti, marjasekoitus, riisikakku

Pe: Ruishotdog, tuorepala, ketsuppi

Viikot 35, 41, 49

Ma: Riisipiirakka, munavoi, tuorepala

Ti: Kaurapuuro, mansikkakeitto, leikkele

Ke: Pizza, tuorepala

To: Kasvispyörykät, hedelmä, leikkele

Pe: Croissant, tuorepala

Viikot 36, 44, 50

Ma: Mehukeitto, sulatejuusto, hapankorppu

Ti: Ruispuuro, tuoremehu, juusto

Ke: Murot, hedelmä

To: Kauraherkku, tuorepala

Pe: Pulla, kaakao, tuorepala

Viikot 37, 45, 51

Ma: Hedelmäjogurtti, tuorepala, leikkele

Ti: Puuro, ruisruutu

Ke: Sämpylä, tuorepala, leikkele

To: Kananugetit, tomaatti, kurkku

Pe: Persikkapiirakka, tuorepala