



## **Välipalalista Amanda Jyväskylän normaalikoulu (Syksy 2024)**

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

Viikot 33, 37, 41, 46, 50

Ma: Marjamehukeitto, perunarieska, kurkku

Ti: Omena-kaurapaistos, hedelmä

Ke: Hedelmä/marjarahka, riisikakku

To: Riisipuuro, leikkele

Pe: Pinaattihukaiset, puolukka, tuorepala

Viikot 34, 38, 42, 47, 51

Ma: Ohrasuurimopuuro, kuningatarkiisseli, jääsalaatti

Ti: Smoothie, kauraeväs, paprika

Ke: Marjakimara, vaniljakastike, tomaatti

To: Mangovaahdo, rouhesämpylä

Pe: Ruispizzanen, tuorepala

Viikot 35, 39, 43, 48

Ma: Maustamaton jogurtti, mysli, hedelmä, kurkku

Ti: Oman leipomon sämpylä, kaakao, leikkele

Ke: Appelsiinikerroskiisseli, kananmuna, hapankorppu

To: Murot, tuorepala

Pe: Hauskat kalapihvit, tuorepala

Viikot 36, 40, 44, 49

Ma: Puuro, leikkele

Ti: Kinkkumunakas, hedelmä

Ke: Paahtokiisseli, paprika

To: Vispipuuro, ruispyörö, jääsalaatti

Pe: Riisipiirakka, sulatejuustonappi