

Maanantai	26.1.2026	Viikko 1
Aamupala	Jogurtti, Kaurapala (L), Leikkele (L)	
Lounas	Lihakeitto (G, L), Hapankorppu, Juustonappi (L), Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Mifukeitto (G, L), Hapankorppu, Juustonappi (L), Salaattipöytä	
Päivällinen	Kebablaatikko (G, L), Punajuuri	
Iltaapala	Sämpylä (L), Makkara (L), Tuorekurkku	

Tiistai	27.1.2026	
Aamupala	Murot, Maito, Leipä (L), Makkara, Tomaatti	
Lounas	Ohrapuuro (L), Mansikkakeitto (G, L), Leikkele, Ruispala, Salaattipöytä	
Kasvislounas	Ohrapuuro (L), Mansikkakeitto (G, L), Juusto(L), Ruispala, Salaattipöytä	
Päivällinen	Riistakeitto (G, M), Tomaatti	
Iltaapala	Rieska (L), Juusto (L), Hedelmä	

Keskiviikko	28.1.2026	
Aamupala	Vehnähiutalepuuro (L), Makkara (L), Paprika, Leipä	
Lounas	Kinkkukiusaus (G, L), Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Kasviskiusaus (G, L), Salaattipöytä	
Päivällinen	Possupata (G, M), Kurkku	
Iltaapala	Mausteleipä (L), Leikkele (L), Salaatinlehti	

Torstai	29.1.2026	
Aamupala	4-viljanhiutalepuuro (M), Juusto (L), Salaatinlehti, Leipä	
Lounas	Kalapihvi (G, L, M, K), Perunasose (L), Remoulade (G, L), Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Maissipihvi (G, L, M, K), Perunasose (L), Remoulade (G, L), Salaattipöytä	
Päivällinen	Lempeä kanakeitto (G, L), Paprika	
Iltaapala	Ruispala (L), Leikkele (L), Paprika	

Perjantai 30.1.2026

Aamupala	Kaurapuuro (M), Leikkele (L), Porkkanapala, Leipä
Lounas	Jauheliha-makaronilaatikko (L), Salaattipöytä
Kasvisruoka	Mifu- makaronilaatikko (L), Salaattipöytä
Päivällinen	Riisipuuro (G, L), Mehukeitto (G, L, M), Tuorekurkku, Leikkele
Iltaapala	Sämpylä (L), Makkara (L), Maustekurkku

Lauantai 31.1.2026

Aamupala	Siepparin kaurapuuro (M), Leikkele, Omenalohko, Tuoremehu
Lounas	Pieni häränlihapihvi (G, M, L), Peruna, Ruskeakastike (M), Kurkku
Kasvisruoka	Kasvispihvi (G, L), Peruna, Kastike (L), Kurkku
Päivällinen	Jauheliyhakiusaus (G, L), Punajuuri
Iltaapala	Ruispala, Juusto (L), Hedelmä

Sunnuntai 1.2.2026

Aamupala	Riisihiutalevelli (L), Makkara, Melonipalat, Tuoremehu
Lounas	Kapteenin kalakuvio (L, M, K), Perunasose (G, L), Paahdettu punajuuri, Kurkkuraastesalaatti (G, L, M)
Kasvisruoka	Kasvispyörykkä (G, M), Perunasose (G, L), Paahdettu punajuuri, Kurkkuraastesalaatti (G, L, M)
Päivällinen	Siskonmakkarakeitto (G, L), Tomaatti
Iltaapala	Sämpylä, Juusto (L), Hedelmä

Maanantai	2.2.2026	Viikko 2
Aamupala	Marja-jogurtti (L), Ruisleipä, Juusto (L)	
Lounas	Broilerikastike (G, M), Tumma riisi, Mustaherukkahillo, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Linssi-kasvishöystö (G, L, M), Tumma riisi, Mustaherukkahillo, Salaattipöytä	
Päivällinen	Pinaattinen kalastajankeitto (G, L), Paprikarengas	
Iltaapala	Sämpylä, Makkara (L), Tuorekurkku	
Tiistai	3.2.2026	
Aamupala	Ohrahiutalepuuro (M), Leipä, Makkara, Tuorekurkku	
Lounas	Jauhelihiakiusaus (G, L), Salaattipöytä, Juustoraaste (L)	
Kasvisruoka	Mifujauhiskiusaus (G, L), Salaattipöytä, Juustoraaste (L)	
Päivällinen	Makkarakeitto (G, M), Tuorekurkku	
Iltaapala	Rieska (L), Juusto (L), Hedelmä	
Keskiviikko	4.2.2026	
Aamupala	Vehnähiutalepuuro (M), Ruisleipä, Kananmuna, Paprikapala	
Lounas	Pyttäri (G, L, M, K), Kurkkusalaatti, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Kasvis-pyttäri (G, L, M, K), Kurkkusalaatti, Salaattipöytä	
Päivällinen	Kahden kalankeitto (G, L), Tomaatti	
Iltaapala	Mausteleipä, Leikkele, Paprika	
Torstai	5.2.2026	
Aamupala	4-viljanvelli (L), Tomaatti, Juusto (L), Kaurapala	
Lounas	Sitruunainen kalaleike (M, K), Kermaviilikastike (L), Perunasose (L), Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Bataatti-juurespihvi (G, L, M), Kermaviilikastike (L), Perunasose (L), Salaattipöytä	
Päivällinen	Tomaattinen jauheliha-perunalaatikko (G, L), Paprikarengas	
Iltaapala	Ruispala (L), Leikkele (L), Hedelmä	

Perjantai 6.2.2026

Aamupala	Ruishiutalepuuro (M), Makkara (L), Omenasose, Leipä
Lounas	Savunautakeitto (G, L), Leipä, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Savutofukeitto (G, L), Leipä, Salaattipöytä
Päivällinen	Täysjyvä mannapuuro (L), Leikkele, Tuorekurkku, Trooppinen hedelmäkeitto (G, L)
Iltaapala	Sämpylä (L), Makkara (L), Maustekurkku

Lauantai 7.2.2026

Aamupala	Siepparin kaurapuuro (M), Leikkele, Omenalohko, Tuoremehu
Lounas	Jauhelihapuikko (L, M, K), Pippurikastike (G, L), Peruna, Paprika
Kasvisruoka	Vegepuikko (M, L, K), Kasviskastike (L), Peruna, Paprika
Päivällinen	Kaalipata (G, L), Tomaatti, Puolukka
Iltaapala	Riisipiirakka (L), Juusto (L)

Sunnuntai 8.2.2026

Aamupala	Riisihiutalevelli (L), Makkara, Melonipalat, Tuoremehu
Lounas	Lohimurekepihvi (L, K) Perunasose (L), Parsakaali, Punajuurisalaatti (G, L)
Kasvisruoka	Kasvishampurilaispihvi (G, M), Perunasose (L), Parsakaali, Punajuurisalaatti
Päivällinen	Sianlihakeitto (G, M), Tuorekurkku
Iltaapala	Sämpylä (L), Juusto (L), Lehtisalaatti, Hedelmä

Maanantai**9.2.2026****Viikko 3**

Aamupala	Jogurtti (L), Kaurapala, Leikkele, Pikkutomaatti
Lounas	Nakkikastike (M), Peruna, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Soijanakkikastike (M), Peruna, Salaattipöytä
Päivällinen	Kalakeitto (G, L), Herkkukurkku
Iltaapala	Sämpylä, Makkara (L), Tuorekurkku

Tiistai**10.2.2026**

Aamupala	Ohrahiutalepuuro (M), Leipä, Juusto (L), Tomaatti
Lounas/Kasvisruoka	Pinaattikeitto (G, L), Riisipiirakka (L), Kananmuna, Salaattipöytä
Päivällinen	Lihapata (G, L), Kurkku
Iltaapala	Rieska (L), Makkara (L), Hedelmä

Keskiviikko**11.2.2026**

Aamupala	Vehnähiutalepuuro (M), Makkara (L), Paprika, Leipä
Lounas	Broileri-cappellipaistos (L), Salaattipöytä, Mustaherukkahillo
Kasvisruoka	Tofu - cappellipaistos (L), Salaattipöytä, Mustaherukkahillo
Päivällinen	Ohrapuuro (L), Leikkele, Lehtisalaatti, Mustaherukkakiisseli (G, L)
Iltaapala	Mausteleipä (L), Leikkele (L), Salaatinlehti

Torstai**12.2.2026**

Aamupala	4-viljanpuuro (M), Juusto (L), Salaatinlehti, Leipä
Lounas	Lihapyörykkä (G, L, M), Kermakastike (L) Perunasose (L), Salaattipöytä
Kasvisruoka	Kasvispyörykkä (G, M), Kasviskastike (L), Perunasose(L), Salaattipöytä
Päivällinen	Yrttitarhan kasviskeitto (G, L), Makkara (L), Tomaatti
Iltaapala	Mausteleipä (L), Leikkele (L), Salaatinlehti

Perjantai 13.2.2026

Aamupala	Kaurapuuro (M), Leikkele (L), Tomaatti, Leipä
Lounas	Lohikiusaus (G, L), Punajuuri, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Tomaattinen kiusaus (G, L), Punajuuri, Salaattipöytä
Päivällinen	Nakkipata (G, L), Tuorekurkku
Iltaapala	Sämpylä (L), Makkara (L), Maustekurkku

Lauantai 14.2.2026

Aamupala	Siepparin kaurapuuro (M), Leikkele, Omenalohko, Tuoremehu
Lounas	Lihamureke (G, L), Ruskeakastike (M), Peruna, Coleslaw salaatti (G, L)
Kasvisruoka	Kasvispyörykkä (G, M), Kastike (L), Peruna, Coleslaw salaatti (G, L)
Päivällinen	Broilerikeitto (G, L, M), Paprika
Iltaapala	Kuituleipä (L), Juusto (L), Tuorekurkku

Sunnuntai 15.2.2026

Aamupala	Riisihiutalevelli (L), Makkara, Melonipalat, Tuoremehu
Lounas	Maksapihvi (G, L, M), Kastike (L), Perunasose (L), Tomaatti, Puolukkahillo
Kasvisruoka	Kasvispihvi (L), Kasvis kastike (L) Perunasose (L), Tomaatti, Puolukkahillo
Päivällinen	Koskenlaskijan lohipata (G, L), Tuorekurkku
Iltaapala	Sämpylä (L), Juusto (L), Hedelmä

Maanantai 16.2.2026 Viikko 4

Aamupala	Marja-jogurtti (L), Ruisleipä, Juusto
Lounas	Lihakastike (M), Peruna, Lämmin vihannes, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Lumoava Kasvispata (G, L), Peruna, Salaattipöytä
Päivällinen	Lohikiusaus (G, L), Punajuuri
Iltaapala	Sämpylä (L), Juusto (L), Hedelmä

Tiistai 17.2.2026

Aamupala	Ohrahiutalepuuro (M), Leipä, Leikkele, Tuorekurkku
Lounas	Lohikeitto (G, L) Juusto (L), Salaattipöytä, Rieska
Kasvisruoka	Yrttitarhankasviskeitto (G, L), Juusto (L), Salaattipöytä, Rieska
Päivällinen	Merimiespihvi (G, L), Punajuuri
Iltaapala	Leipä, Makkara, Hedelmä, Tomaatti

Keskiviikko 18.2.2026

Aamupala	Vehnähiutalepuuro (M), Ruisleipä (L), Kananmuna, Paprikapala
Lounas	Broiskiskiusaus (G, L), Mustaherukkahillo, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Kasvis-soijakiusaus (G, L), Mustaherukkahillo, Salaattipöytä
Päivällinen	Pinaattinen nakki-perunasosevuoka (G, L), Paprika
Iltaapala	Mausteleipä (L), Leikkele (L), Salaatinlehti

Torstai 19.2.2026

Aamupala	4-viljanvelli (L), Tomaatti, Juusto (L), Kaurapala
Lounas	Uunimakkara (G, M), Perunasose (L, G), Päivänsalaatti, Kurkkusalaatti
Kasvisruoka	Kasvisnakki (G, M), Perunasose (L), Kurkkusalaatti, Salaattipöytä
Päivällinen	Kesäkurpitsamoussaka (G, L), Tomaatti
Iltaapala	Ruispala (L), Leikkele (L), Hedelmä

Perjantai 20.2.2026

Aamupala	Ruishiutalepuuro (M), Makkara (L), Päärynäsose, Leipä
Lounas/Kasvislounas	Kasvis-makaronilaatikko (L), Salaattipöytä
Päivällinen	Riisipuuro (G, L), Lehtisalaatti, Lihaleikkele, Vadelmakiisseli (G, M)
Iltaapala	Sämpylä (L), Makkara (L), Maustekurkku

Lauantai 21.2.2026

Aamupala	Siepparin kaurapuuro (M), Juusto (L), Omenalohko, Tuoremehu
Lounas	Naudanlihahöystö (G, M), Peruna, Herkkukurkku
Kasvisruoka	Kasvishöystö (G, L), Peruna, Herkkukurkku
Päivällinen	Broileripata (G, M), Mustaherukkahillo, Kurkku,
Iltaapala	Kuituleipä (L), Makkara (L), Tuorekurkku

Sunnuntai 22.2.2026

Aamupala	Riisihutalevelli (L), Makkara, Melonipalat, Tuoremehu
Lounas	Ahvenpyörykkä (G, L, K), Sitruunainen kalakastike (G, L), Perunasose (G, L), Maalaispunajuurisalaatti (G, L)
Kasvisruoka	Kasvispyörykkä (G, M), Perunasose (G, L), Kastike (G, L), Maalaispunajuurisalaatti (G, L)
Päivällinen	Kaalipata (G, L), Puolukkahillo
Iltaapala	Sämpylä (L), Juusto (L), Lehtisalaatti, Hedelmä

Maanantai 23.2.2026 Viikko 5

Aamupala	Jogurtti (L), Kaurapala (L), Leikkele
Lounas	Jauhelihakastike (M), Pasta, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Soijarouhekastike (L), Pasta, Salaattipöytä
Päivällinen	Pinaattikeitto (L), Kananmuna, Riisipiirakka (L)
Iltaapala	Sämpylä (L), Makkara (L), Tuorekurkku

Tiistai 24.2.2026

Aamupala	Ohrahiutalepuuro (M), Leipä, Juusto (L), Tomaatti
Lounas	Seikeitto (G, L), Ruisvuokaleipä, Makkara, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Kesäkeitto (G, L), Juusto (L), Ruisvuoka, Salaattipöytä
Päivällinen	Lihalaatikko (G, L), Paprikarengas
Iltaapala	Rieska, Juusto (L), Hedelmä

Keskiviikko 25.2.2026

Aamupala	Vehnähiutalepuuro (M), Makkara (L), Paprika, Leipä
Lounas	Pastavuoka carponara (L), Salaattipöytä
Kasvisruoka	Nyhtökaura Carponara (L), Salaattipöytä
Päivällinen	Kirkas kalakeitto (G, L), Tomaatti
Iltaapala	Sämpylä (L), Leikkele (L), Lehtisalaatti

Torstai 26.2.2026

Aamupala	4-viljanpuuro (M), Juusto (L), Salaatinlehti, Leipä
Lounas	Maksalaatikko (G, L, M, K), Peruna, Voisula(L), Puolukkahillo, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Juustoinen perunavuoka (G, L), Puolukkahillo, Salaattipöytä
Päivällinen	Täysjyvä mannapuuro (L), Leikkele, Herkkukurkku, Omena-kanelikiisseli (G, L)
Iltaapala	Ruispala (L), Leikkele (L), Hedelmä, Tuorekurkku

Perjantai 27.2.2026

Aamupala	Kaurapuuro (M), Leikkele (L), Porkkanapala, Leipä
Lounas	Aurinkoinen broilerikeitto (G, L), Sekaleipä, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Aurinkoinen Mifukeitto (G, L), Sekaleipä, Salaattipöytä
Päivällinen	Lohilaatikko (G, L), Kurkku
Iltaapala	Sämpylä (L), Makkara (L), Tomaatti

Lauantai 28.2.2026

Aamupala	Siepparin kaurapuuro (M), Leikkele, Omenalohko, Tuoremehu
Lounas	Jauheliha-kaalipihvi (M, L), Kermakastike (L), Peruna, Puolukkahillo, Tomaattiviipale
Kasvisruoka	Kasvispihvi (G, L) Kasviskastike (G, L), Peruna, Puolukkahillo, Tomaattiviipale
Päivällinen	Kermanen kanakeitto (G, L), Paprika
Iltaapala	Kuituleipä (L), Juusto (L), Tuorekurkku

Sunnuntai 1.3.2026

Aamupala	Riisihiutalevelli (L), Makkara, Melonipalat, Tuoremehu
Lounas	Smetanalihapata (G, L) Perunasose (G, L), Porkkana, Suvisalaatti (L)
Kasvisruoka	Smetanakasvispata (G, L) Perunasose (L), Suvisalaatti
Päivällinen	Jauheliha-tomaattipata (G, M), Tuorekurkku
Iltaapala	Leipä (L), Juusto (L), Tomaatti, Hedelmä