

**VIIKKO 1****Maanantai 10.1.2022**

Lounas Ohrapuuro (L) lähiruoka, Vadelmakeitto (G, L), Leikkele, Ruispala, Salaattipöytä

Kasvisruoka Ohrapuuro (L) lähiruoka, Vadelmakeitto (G, L), Juusto, Ruispala, Salaattipöytä

**Tiistai 11.1.2022**

Lounas Nakkikastike (G\*, L), Peruna, 4-lajin vihannessekoitus, Salaattipöytä

Kasvisruoka Soijanakkikastike (G\*, L), Peruna, 4-lajin vihannessekoitus, Salaattipöytä

**Keskiviikko 12.1.2022**

Lounas Jauheliha - makaronilaatikko (L), Salaattipöytä

Kasvisruoka Mifu- makaronilaatikko (L), Salaattipöytä

**Torstai 13.1.2022**

Lounas Kalastajan pyörökät (G, K, M), Peruna, Kermaviilikastike (L), Salaattipöytä

Kasvisruoka Kasvisjauhis pyörökä (G, L,M,K), Peruna, Kermaviilikastike (L), Salaattipöytä

**Perjantai 14.1.2022**

Lounas Kinkkukiusaus (G, L), Salaattipöytä

Kasvisruoka Kasviskuisaus (G, L), Salaattipöytä

## VIIKKO 2

**Maanantai 17.1.2021**

Lounas Bolognesekastike (G\*, M), Pasta, Salaattipöytä

Kasvisruoka Kasvis-bolognese (L), Pasta, Salaattipöytä

**Tiistai 18.1.2022**

Lounas Lihakeitto (G, L), Sämpylä, Juusto (L), Salaattipöytä

Kasvisruoka Mifukeitto (G, L), Sämpylä, Juusto (L), Salaattipöytä

**Keskiviikko 19.1.2022**

Lounas Tomaattinen kiusaus (G, L), Salaattipöytä

**Torstai 20.1.2022**

Lounas Hernekeitto (G, L), Salaattipöytä, Pannukakku (L), Hillo

Kasvisruoka Kasvishernekeitto (G, L), Salaattipöytä, Pannukakku (L), Hillo

**Perjantai 21.1.2022**

Lounas Sitruunainen kalaleike (M), Kermaviilikastike (L), Perunasose (L), Salaattipöytä

Kasvisruoka Bataatti-juurespihvi (G, L, M), Kermaviilikastike (L), Perunasose (L), Salaattipöytä

## VIIKKO 3

**Maanantai 24.1.2022**

Lounas	Possukastike (G*, L), Tumma riisi, Babyporkkana, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Juureskastike (G*, L), Tumma riisi, Babyporkkana, Salaattipöytä

---

**Tiistai 25.1.2022**

Lounas	Pinaattikeitto (G*, L), Kananmuna, Salaattipöytä, Karjalanpiirakka (L)
--------	--

---

**Keskiviikko 26.1.2022**

Lounas	Broileri-cappellipaistos (L), Salaattipöytä, Mustaherukkahillo
Kasvisruoka	Tofu- cappellipaistos (L), Salaattipöytä, Mustaherukkahillo

---

**Torstai 27.1.2022**

Lounas	Lihapullakastike (L), Peruna (L), Salaattipöytä
Kasvisruoka	Kasvispyörykkä (L), Kastike (G*, L), Peruna (L), Salaattipöytä

---

**Perjantai 28.1.2022**

Lounas	Lohikiusaus (G, L), Punajuuri, Salaattipöytä,
Kasvisruoka	Kasviskiusaus (G, L), Punajuuri, Salaattipöytä

---

## VIIKKO 4

**Maanantai 31.1.2022**

Lounas Jauhelihakastike (G\*, M), Makaroni tumma, Menu Europa vihannessekoitus, Salaattipöytä

Kasvisruoka Soijarouhekastike (G\*, L), Makaroni tumma, Menu Europa vihannessekoitus  
Salaattipöytä

---

**Tiistai 1.2.2022**

Lounas Lohikeitto (G, L), Rieska, Salaattipöytä

Kasvisruoka Yrttitarhan kasviskeitto (G, L), Rieska, Salaattipöytä

---

**Keskiviikko 2.2.2022**

Lounas Lasagnette (L), Salaattipöytä

Kasvisruoka Kasvis-lasagnette (L), Salaattipöytä

---

**Torstai 3.2.2022**

Lounas Vegekepakko (L, M, K), Kermaperunat (G, L), Remoulade (G, L, M), Salaattipöytä

---

**Perjantai 4.2.2022**

Lounas Uunimakkara (G, M), Perunasose (G, L), Kurkkusalaatti, Salaattipöytä

Kasvisruoka Kasvisgrilleri (G, M), Perunasose (L), Kurkkusalaatti, Salaattipöytä

---

**VIIKKO 5****Maanantai 7.2.2022**

Lounas Lihakastike (G\*, L), Peruna, Värikkäät porkkanat, Salaattipöytä

Kasvisruoka Lumoava Kasvispata (G, L), Peruna, Värikkäät porkkanat, Salaattipöytä

**Tiistai 8.2.2022**

Lounas Seikeitto (G, L), Salaattipöytä, Kauraleipä

Kasvisruoka Kesäkeitto (G, L), Salaattipöytä, Kauraleipä

**Keskiviikko 9.2.2022 TOIVERUOKAPÄIVÄ**

Lounas Riisipuuro (G, L), Mansikkakeitto (G, M), Leikkele, Salaattipöytä

Kasvisruoka Riisipuuro (G, L), Mansikkakeitto (G, M), Juusto (L), Salaattipöytä

**Torstai 10.2.2022**

Lounas Kasvis-makaronilaatikko (L), Salaattipöytä

**Perjantai 11.2.2022**

Lounas Aurinkoinen broilerikeitto (G,L), Rapia-leipä., Salaattipöytä

Kasvisruoka Aurinkoinen Mifukeitto (G, L), Rapia-leipä, Salaattipöytä

**VIKKO 6****Maanantai 14.2.2022**

Lounas	Tahitilainen broilerikastike (G*, L), Tumma riisi, Mustaherukkahillo, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Linssi-kasvishöystö (G, L, M), Tumma riisi, Mustaherukkahillo, Salaattipöytä

---

**Tiistai 15.2.2022**

Lounas	Savuporokeitto (G, L), Rieska, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Savutofukeitto (G, L), Rieska, Salaattipöytä

---

**Keskiviikko 16.2.2022**

Lounas	Pastavuoka carponara (L), Salaattipöytä
Kasvisruoka	Nyhtökaura carponara (L), Salaattipöytä

---

**Torstai 17.2.2022**

Lounas	Verimakkara (L, M, K), Valkokastike (G*, L), Peruna, Puolukkahillo, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Kasvis-papukroketti (G, L, M, K), Kastike (G, L), Peruna, Puolukkahillo, Salaattipöytä

---

**Perjantai 18.2.2022**

Lounas	Kalakepukka (G, L, M, K) Perunasose (L), Punajuuri, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Hernepihvi (G, L, M), Perunasose (L), Punajuuri, Salaattipöytä

---