

<b>Maanantai</b>	<b>14.1.2019</b>
Lounas	Makkarakastike (G, L), Peruna, Jäävuori - Tomaattisalaatti
Kasvisruoka	Soijanakkikastike (G, L), Peruna, Jäävuori - Tomaattisalaatti
Välipala	Leipä (L), Juusto (L), Lehtisalaatti
<hr/>	
<b>Tiistai</b>	<b>15.1.2019</b>
Lounas	Ohrapuuro (L) lähiruoka, Mansikkakeitto (G,L), Leikkele, Ruispala, Tuorepala (Paprika)
Kasvisruoka	Ohrapuuro (L) lähiruoka, Mansikkakeitto (G,L), Juusto, Ruispala, Tuorepala (Paprika)
Välipala	Hedelmäsalaatti (G ,L, M), Leipä, Leikkele (L)
<hr/>	
<b>Keskiviikko</b>	<b>16.1.2019</b>
Lounas	Jauheliha - makaronilaatikko (L), Kaali-tuorekurkku-pikkelssisalaatti
Kasvisruoka	Soija-makaronilaatikko (L), Kaali-tuorekurkku-pikkelssisalaatti
Välipala	Mandariinirahka (G, L), Leipä
<hr/>	
<b>Torstai</b>	<b>17.1.2019</b>
Lounas	Porkkanaohukainen (L), Perunasose (G, L), Jäävuori- paprikamix, Puolukkahillo
Kasvisruoka	Porkkanaohukainen (L), Perunasose (G, L), Jäävuori- paprikamix , Puolukkahillo
Välipala	Leipä, Juusto (L), Hedelmä (viinirypäle)
<hr/>	
<b>Perjantai</b>	<b>18.1.2019</b>
Lounas	Lohikeitto (G, L), Rieska (L), Tuorekurkku
Kasvisruoka	Juusto-paprika-papukeitto (G, L), Rieska (L), Tuorekurkku
Välipala	Pitsapala (L)

<b>Maanantai</b>	<b>21.1.2019</b>
Lounas	Tahitilainen broilerikastike (L), Riisi Tumma (G,M,L), Mustaherukkahillo, Kukkakaali-Cantaloupe-Tuorekurkkusalaatti (G,M)
Kasvisruoka	Linssi-kasvishöystö (G,L,M), Riisi tumma, Mustaherukkahillo, Kukkakaali-Cantaloupe-Tuorekurkkusalaatti (G,M)
Välipala	Karjalanpiirakka( L), Paprika
<hr/>	
<b>Tiistai</b>	<b>22.1.2019</b>
Lounas	Hernekeitto (G, L), Juurespala (Porkkana), Pannukakku (L), Hillo
Kasvisruoka	Kasvihernekeitto (G, L), Juurespala (Porkkana), Pannukakku (L), Hillo
Välipala	Päärynä viili, Leipä
<hr/>	
<b>Keskiviikko</b>	<b>23.1.2019</b>
Lounas	Italian jauhelihapata (M), Jäävuori-appelsiinisalaatti
Kasvisruoka	Italian kasvispata (M), Jäävuori-appelsiinisalaatti
Välipala	Suklaakiisseli (L), Leipä, Lehtisalaatti
<hr/>	
<b>Torstai</b>	<b>24.1.2019</b>
Lounas	Maksalaatikko (G, L,M,K), Ruskea kastike (G ,L), Peruna (G,L), Kaali-puolukkasalaatti
Kasvisruoka	Välimeren paistos (G,L), Kaali-puolukkasalaatti
Välipala	Leipä, Leikkele (L,G, M), Hedelmä (Omena)
<hr/>	
<b>Perjantai</b>	<b>25.1.2019</b>
Lounas	Seikeitto (G, L), Kaurapala (L), Tuorekurkku
Kasvisruoka	Yrttitarhan Kasviskeitto (G, M), Kaurapala (L), Tuorekurkku
Välipala	Lihapiirakka (L), Viinirypäle

**Maanantai 28.1.2019**

Lounas	Possukastike (G*,L), Peruna (G,L), Babyporkkana, Vihersalaatti
Kasvisruoka	Juureskastike (G,L), Peruna (G,L), Babyporkkana, Vihersalaatti
Välipala	Leipä (L), Jogurtti ( L )

---

**Tiistai 29.1.2019**

Lounas	Värikäs kalakeitto (G,L), Hedelmäpala( appelsiini), Sämpylä (L)
Kasvisruoka	Kesäkeitto (G,L), Hedelmäpala( appelsiini), Sämpylä (L)
Välipala	Leipä, Leikkele (G,L), Aprikoosikiisseli (L,M,G)

---

**Keskiviikko 30.1.2019**

Lounas	Broileri-cappellipaistos (L), Punakaali-valkokaali-ananas-salaatti
Kasvisruoka	Tofu-cappellipaistos (L), Punakaali-valkokaali-ananas-salaatti
Välipala	Omena-päärynäkiisseli (G,L,M), Leipä (L), Tuorekurkku

---

**Torstai 31.1.2019**

Lounas	Lihapullakastike (L), Peruna (L), Vitamiinisalaatti
Kasvisruoka	Kasvispyörykkä (L), Kastike (G,L), Peruna (L), Vitamiinisalaatti
Välipala	Puolukkarahka (L,G), Ruisleipä

---

**Perjantai 1.2.2019**

Lounas	Lihakeitto (G*,M), Ruispala, Juusto (L), Tuorekurkku
Kasvisruoka	Kasvissosekeitto (G,L), Ruispala, Juusto (L), Tuorekurkku
Välipala	Karjalanpiirakka (L), Munavoi (G,L)

**Maanantai 4.2.2019**

Lounas	Jauhelihakastike (G, L), Makaroni tumma, Kahden kaalin sekoitus, Porkkanaraaste
Kasvisruoka	Soijarouhekastike (G, L), Makaroni tumma, Kahden kaalin sekoitus, Porkkanaraaste
Välipala	Leipä, Juusto (L), Paprika

---

**Tiistai 5.2.2019**

Lounas	Pinaattikeitto (G, L), Karjalanpiirakka (L), Kananmuna, Juurespala ( Lanttu)
Kasvisruoka	Pinaattikeitto (G, L), Karjalanpiirakka (L), Kananmuna, Juurespala ( Lanttu)
Välipala	Marjasekoitus (G, L, M) ,Vaniljakastike (L), Leipä

---

**Keskiviikko 6.2.2019**

Lounas	Lohilaatikko (L,G), Punajuuri-omenasalaatti
Kasvisruoka	Kasvislaatikko, Punajuuri-omenasalaatti
Välipala	Mangorahka (G,L), Ruisleipä

---

**Torstai 7.2.2019**

Lounas	Uunimakkara (G, L,M,K), Perunasose (G,L), Tomaattilohko, Kurkkusalaatti
Kasvisruoka	Kasvisgrilleri (G,L), Perunasose (L), Tomaattilohko, Kurkkusalaatti
Välipala	Appelsiini kiisseli (M,L,G), Leipä, Leikkele (G,L,M)

---

**Perjantai 8.2.2019**

Lounas	Savuporokeitto (G,L), Rieska, Tuorekurkku
Kasvisruoka	Savutofukeitto (G,L), Rieska, Tuorekurkku
Välipala	Kinkkupitsapala (L)

**Maanantai 11.2.2019**

Lounas	Palapaisti (G*,L), Peruna, Porkkanaviipale, Kaali-oreganosalaatti
Kasvisruoka	Lumoava Kasvispata (G,L), Peruna, Porkkanaviipale, Kaali-oreganosalaatti
Välipala	Hapankorppu (L), Juusto (L), Paprika

**Tiistai 12.2.2019**

Lounas	Jauhelihakeitto ( G, L ), Kauraleipä, Tuorepala (Paprika)
Kasvisruoka	Soijarouhekeitto (G,L ), ), Kauraleipä, Tuorepala (Paprika)
Välipala	Hedelmälohkoja (Omena), Leipä (L), Makkara (L)

**Keskiviikko 13.2.2019**

Lounas	Kinkkukiusaus (G,L), Kreikkalainen salaatti (G,L)
Kasvisruoka	Juustoinen peruna-bataattivuoka (G,L), Kreikkalainen salaatti (G,L)
Välipala	Ruisleipä (L), Salaatinlehti, Päärynä viili (L)

**Torstai 14.2.2019**

Lounas	Kalastajan pyörökät (G,L), Perunasose (L), Kermaviilikastike (G,L), Mehukas meloni-kurkkusalaatti
Kasvisruoka	Kasvispyörökä (L), ), Perunasose (L), Kermaviilikastike (G,L), Mehukas meloni-kurkkusalaatti
Välipala	Maissikiisseli (G,L), Hillo, Tuorekurkku

**Perjantai 15.2.2019**

Lounas	Aurinkoinen Broilerikeitto (G,L), Ruissämpylä (L), Kurkkupölkky
Kasvisruoka	Aurinkoinen mifukeitto (G,L), Ruissämpylä (L), Kurkkupölkky
Välipala	Hedelmä (Mandariini), Leipä (L), Juusto (L)