

<b>Maanantai</b>	<b>9.3.2020</b>	<b>VIIKKO 1</b>
Aamupala	Kaurapuuro (M), Kaurapala, Leikkele	
Lounas	Nakkikastike (M), Peruna (G,M), Menu Europa vihannessekoitus, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Soijanakkikastike (M), Peruna (L), Menu Europa vihannessekoitus Salaattipöytä	
Välipala	Leipä, Leikkele, Hedelmä (viinirypäle)	
<b>Tiistai</b>	<b>10.3.2020</b>	
Aamupala	Murot (L), Maito, Leipä (L), Makkara, Tomaatti	
Lounas	Ohrapuuro (L) lähiruoka, Vadelmakeitto (G, L), Leikkele, Ruispala, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Ohrapuuro (L) lähiruoka, Vadelmakeitto (G, L), Juusto, Ruispala, Salaattipöytä	
Välipala	Meren pitsa (L )	
<b>Keskiviikko</b>	<b>11.3.2020</b>	
Aamupala	Ruishiutalepuuro (M), Kananmuna	
Lounas	Jauheliha-makaronilaatikko (L), Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Mifu- makaronilaatikko (L), Salaattipöytä	
Välipala	Puolukkarahka (G, L), Leipä, Tomaatti	
<b>Torstai</b>	<b>12.3.2020</b>	
Aamupala	4-viljanpuuro (M), Juusto (L), Salaatinlehti	
Lounas	Kalastajan pyörökät (G, L), Perunat , Kermaviilikastike (L), Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Kasvisjauhispyörökä (G, L,M,K), Perunat , Kermaviilikastike (L), Salaattipöytä	
Välipala	Karjalanpiirakka (L), Juusto (L), Kurkku	
<b>Perjantai</b>	<b>13.3.2020</b>	
Aamupala	Mannavelli (L), Porkkanapala	
Lounas	Kinkkukiusaus (G,L), Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Kasviskiusaus (G,L), Salaattipöytä	
Välipala	Mehukeitto (G, L), Hapankorppu, Juusto (L)	

<b>Maanantai</b>	<b>16.3.2020</b>	<b>VIIKKO 2</b>
Aamupala	Kaurapuuro (M), Ruisleipä, Juusto	
Lounas	Chili con carne (G) Tumma riisi (G, M,L), Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Soijarouhe carne (G), Tumma riisi (G,L,M), Salaattipöytä	
Välipala	Leipä, Leikkele, Paprika	
<hr/>		
<b>Tiistai</b>	<b>17.3.2020</b>	
Aamupala	Ohrahiutalepuuro (M), Leipä, Leikkele, Tuorekurkku	
Lounas	Hernekeitto (G,L), Salaattipöytä, Pannukakku (L), Hillo	
Kasvisruoka	Kasvishernekeitto (G,L), Salaattipöytä, Pannukakku (L), Hillo	
Välipala	Lihapiirakka (L), Hedelmä (satsuma)	
<hr/>		
<b>Keskiviikko</b>	<b>18.3.2020</b>	
Aamupala	Kaurapuuro (M), Ruisleipä (L), Kananmuna, Paprikapala	
Lounas	Juustoinen perunavuoka (G,L), Salaattipöytä	
Välipala	Puolukka- vispispuuro (L), Vaniljakastike (L)	
<hr/>		
<b>Torstai</b>	<b>19.3.2020</b>	
Aamupala	4- viljanvelli (L), Tomaatti, Kaurapala	
Lounas	Lihakeitto (G,L), Sämpylä, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Mifu- keitto (G,L), Sämpylä, Salaattipöytä	
Välipala	Päärynäkiisseli (G,L), Näkkäri, Makkara	
<hr/>		
<b>Perjantai</b>	<b>20.3.2020</b>	
Aamupala	Vehnähiutalepuuro (M) Makkara (L), Tuoremehu	
Lounas	Sitruunainen kalaleike (M), Kermaviilikastike (L), Peruna, Salaattipöytä,	
Kasvisruoka	Bataatti-juurespihvi (G,L,M), Kermaviilikastike (L), Peruna, Salaattipöytä	
Välipala	Banaani viili (L), Leipä, Leikkele	

<b>Maanantai</b>	<b>23.3.2020</b>	<b>VIIKKO 3</b>
Aamupala	Kaurapuuro (M), Kaurapala, Leikkele (L)	
Lounas	Possukastike (M), Peruna, Babyporkkana, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Juureskastike (L), Peruna, Babyporkkana, Salaattipöytä	
Välipala	Leipä, Sulatejuusto (L), Omenalohko	
<hr/>		
<b>Tiistai</b>	<b>24.3.2020</b>	
Aamupala	Ohrahiutalepuuro (M), Maito, Leipä, Juusto (L), Tomaatti	
Lounas	Pinaattikeitto (G,L), Kananmuna, Karjalanpiirakka (L), Salaattipöytä	
Välipala	Mangorahka (L), Leipä	
<hr/>		
<b>Keskiviikko</b>	<b>25.3.2020</b>	
Aamupala	Ruishiutalepuuro (M), Makkara (L), Paprika	
Lounas	Broileri - cappellipaistos (L), Salaattipöytä, Mustaherukkahillo	
Kasvisruoka	Tofu - cappellipaistos (L), Salaattipöytä, Mustaherukkahillo	
Välipala	Appelsiini kiisseli (G ), Leipä, Juusto (L)	
<hr/>		
<b>Torstai</b>	<b>26.3.2020</b>	
Aamupala	4- viljanpuuro (M), Juusto, Salaatinlehti	
Lounas	Lihapulla (L), Ruskea kastike (M), Peruna, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Kasvispyörykkä (L), Kastike (L), Peruna, Salaattipöytä	
Välipala	Kinkku-juustopannari ( L )	
<hr/>		
<b>Perjantai</b>	<b>27.3.2020</b>	
Aamupala	Mannavelli (L), Porkkanapala	
Lounas	Lohikiusaus (G,L), Punajuuri, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Kasviskiusaus (G,L), Punajuuri, Salaattipöytä	
Välipala	Maustamaton jogurtti (L), marjat	

<b>Maanantai</b>	<b>30.3.2020</b>	<b>VIIKKO 4</b>
Aamupala	Kaurapuuro (M), Ruisleipä, Juusto (L)	
Lounas	Jauhelihakastike (G*,L), Makaroni tumma, Kahden kaalin sekoitus, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Soijarouhekastike (G*,L), Makaroni tumma, Kahden kaalin sekoitus, Salaattipöytä	
Välipala	Leipä, Appelsiinilohko/mandariini	

---

<b>Tiistai</b>	<b>31.3.2020</b>	
Aamupala	Ohrahiutalepuuro (M), Leipä, Leikkele, Tuorekurkku	
Lounas	Lohikeitto (G,L), Rieska, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Juusto-paprika-papukeitto (G,L), Rieska, Salaattipöytä	
Välipala	Suklaakiisseli (G, L), Tuorekurkku, Hapankorppu	

---

<b>Keskiviikko</b>	<b>1.4.2020</b>	
Aamupala	Kaurapuuro (M), Ruisleipä, Kananmuna, Paprikapala	
Lounas	Lasagnette (L), Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Kasvis-lasagnette (L), Salaattipöytä	
Välipala	Dippivihannekset (porkkana, kurkku, kukkakaali) ja dippi (L), Leipä	

---

<b>Torstai</b>	<b>2.4.2020</b>	
Aamupala	4-viljanvelli (L), Tomaatti, Kaurapala	
Lounas	Vegekepakko (L,M,K), Kermaperunat (G,L), Remoulade (G,L,M), Kaurasämpylä, Salaattipöytä	
Välipala	Kinkku-uunimunakas (G, L), Leipä	

---

<b>Perjantai</b>	<b>3.4.2020</b>	
Aamupala	Vehnähiutalepuuro (M), Makkara (L), Tuoremehu	
Lounas	Uunimakkara (L,G), Perunasose (G,L), Kurkkusalaatti, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Kasvisgrilleri (G,L), Perunasose (L), Kurkkusalaatti, Salaattipöytä	
Välipala	Karjalanpiirakka (L), munavoi (L), Paprika	

<b>Maanantai</b>	<b>6.4.2020</b>	<b>VIIKKO 5</b>
Aamupala	Kaurapuuro (M), Kaurapala, Leikkele	
Lounas	Lihakastike (G, L), Peruna, 4-lajin vihannessekoitus, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Lumoava Kasvispata (G ,L), Peruna, 4-lajin vihannessekoitus, Salaattipöytä	
Välipala	Leipä, Leikkele, Lehtisalaatti	

---

<b>Tiistai</b>	<b>7.4.2020</b>	
Aamupala	Ohrahiutalepuuro (M), Maito, Leipä, Juusto (L), Tomaatti	
Lounas	Seikeitto (G, L), Kauraleipä, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Yrttitarhan kasviskeitto (G, M), Kauraleipä, Salaattipöytä	
Välipala	Pulla (L), Kaakao (L), Hapankorppu, Sulatejuusto (L)	

---

<b>Keskiviikko</b>	<b>8.4.2020</b>	
Aamupala	Ruishiutalepuuro (M), Makkara (L), Paprika	
Lounas	Uunikala kastikkeella (G, L), Peruna, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Uunikasvikset kastikkeella (G, L), Peruna, Salaattipöytä	
Välipala	Sekamarjakiisseli (G), Leipä, Juusto (L)	

---

<b>Torstai</b>	<b>9.4.2020</b>	
Aamupala	4-viljapuuro (M), Juusto (L), Salaatinlehti	
Lounas	Broilerpatukka (G, L,M), Perunasose (L), Curry-majoneesi, Salaattipöytä , Hedelmälohkot	
Kasvisruoka	Kasviskepukka (G,L,M), Perunasose (L), Curry-majoneesi, Salaattipöytä, Hedelmälohkot	
Välipala	Meren Kinkkupitsa (L)	

---

**Perjantai 10.4.2020 Pitkäperjantai**



**Maanantai**

**13.4.2020 2. pääsiäispäivä**

**VIIKKO 6**



---

**Tiistai**

**14.4.2020**

Aamupala	Ohrahiutalepuuro (M), Leipä, Leikkele, Tuorekurkku
Lounas	Savuporokeitto (G,L), Rieska, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Savutofukeitto (G,L), Rieska, Salaattipöytä
Välipala	Trooppinen kiisseli (G, L), Leipä, Juusto (L)

---

**Keskiviikko**

**15.4.2020**

Aamupala	Kaurapuuro (M), Ruisleipä, Kananmuna, Paprikapala
Lounas	Pastavuoka carponara (L), Salaattipöytä
Kasvisruoka	Nyhtökaura-carponara (L), Salaattipöytä
Välipala	Marjat, Vaniljakastike (L)

---

**Torstai**

**16.4.2020**

Aamupala	4-viljanvelli (L), Tomaatti, Kaurapala
Lounas	Verimakkara (L,M,K), Valkokastike (L), Peruna (G, L), Puolukka, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Kasvis-papukroketti (G, L,M,K), Kastike (L), Peruna, Puolukka, Salaattipöytä
Välipala	Maissikiisseli (G, L), Hillo

---

**Perjantai**

**17.4.2020**

Aamupala	Vehnähiutalepuuro (M), Makkara (L), Tuoremehu
Lounas	Kalapihvi (G,L,M), Perunasose (L), Punajuuri, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Hernepihvi (G,L,M), Perunasose (L), Punajuuri, Salaattipöytä
Välipala	Päärynä-mango smoothie (sose) (L), Leipä