

Maanantai	13.10.2025	VIIKKO 1
Aamupala	Jogurtti, Kaurapala (L), Leikkele (L)	
Lounas	Lihakeitto (G, L), Hapankorppu, Juustonappi (L), Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Mifukeitto (G, L), Hapankorppu, Juustonappi (L), Salaattipöytä	
Tiistai	14.10.2025	
Aamupala	Murot (L), Maito, Leipä (L), Makkara, Tomaatti	
Lounas	Ohrapuuro (L), Mansikkakeitto (G, L), Leikkele, Ruispala, Salaattipöytä	
Kasvislounas	Ohrapuuro (L), Mansikkakeitto (G, L), Juusto(L), Ruispala, Salaattipöytä	
Keskiviikko	15.10.2025	
Aamupala	Vehnähiutalepuuro (L), Makkara (L), Paprika, Leipä	
Lounas	Kinkkukiusaus (G, L), Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Kasviskiusaus (G, L), Salaattipöytä	
Torstai	16.10.2025	
Aamupala	4-viljanpuuro (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	
Perjantai	17.10.2025	
Aamupala	Kaurapuuro (M), Leikkele (L), Porkkanapala, Leipä	
Lounas	Jauheliha-makaronilaatikko (L), Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Mifu- makaronilaatikko (L), Salaattipöytä,	

Maanantai	20.10.2025	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	

Tiistai	21.10.2025
Aamupala	Ohrahiutalepuuro (M), Leipä, Makkara, Tuorekurkku
Lounas	Jauhelihakiusaus (G, L), Salaattipöytä, Juustoraaste(L)
Kasvisruoka	Mifujauhiskiusaus (G, L), Salaattipöytä, Juustoraaste (L)

Keskiviikko	22.10.2025
Aamupala	Vehnähiutalepuuro (M), Ruisleipä (L), Kananmuna, Paprikapala
Lounas/kasvisruoka	Pyttis (L, M, K), Kurkkusalaatti, Salaattipöytä

Torstai	23.10.2025
Aamupala	4-viljanpuuro (M), 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

Perjantai	24.10.2025
Aamupala	Ruishiutalepuuro (M), Makkara (L), Omenasose, Leipä
Lounas	Savunautakeitto (G, L), Leipä, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Savutofukeitto (G, L), Leipä, Salaattipöytä

Maanantai 27.10.2025 VIIKKO 3

Aamupala	Jogurtti (L), Kaurapala, Leikkele, Pikkutomaatti
Lounas	Nakkikastike (M), Peruna, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Soijanakkikastike (M), Peruna, Salaattipöytä

Tiistai 28.10.2025

Aamupala	Ohrahiutalepuuro (M), Leipä, Juusto (L), Tomaatti
Lounas/Kasvis	Pinaattikeitto (L), Kananmuna, Riisipiirakka (L), Salaattipöytä

Keskiviikko 29.10.2025

Aamupala	Vehnähiutalepuuro (M), Makkara (L), Paprika, Leipä
Lounas	Broileri - cappellipaistos (L), Salaattipöytä, Mustaherukkahillo
Kasvisruoka	Tofu - cappellipaistos (L), Salaattipöytä, Mustaherukkahillo

Torstai 30.10.2025

Aamupala	4- viljanpuuro (M), Juusto, Salaatinlehti, Leipä
Lounas	Lihapyörökät (G, L, M, K), Kermakastikkeessa (L), Peruna, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Kasvispyöräkkä (G, M), Kasviskastike (L), Peruna, Salaattipöytä

Perjantai 31.10.2025

Aamupala	Kaurapuuro (M), Leikkele (L), Tomaatti, Leipä
Lounas	Lohikiusaus (G, L), Punajuuri, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Tomaattinen kiusaus (G, L), Punajuuri, Salaattipöytä

Maanantai 3.11.2025 VIIKKO 4

Aamupala	Marja-jogurtti (L), Ruisleipä, Juusto
Lounas	Lihakastike (M), Peruna, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Lumoava Kasvispata (G, L), Peruna, Salaattipöytä

Tiistai 4.11.2025

Aamupala	Ohrahiutalepuuro (M), Leipä, Leikkele, Tuorekurkku
Lounas	Hernekeitto (G, L) Juusto (L), Salaattipöytä, Pannukakku (L), ja Hillo
Kasvisruoka	Kasvis-hernekeitto (G, L), Juusto (L), Salaattipöytä, Pannukakku (L), ja Hillo

Keskiviikko 5.11.2025

Aamupala	Vehnähiutalepuuro (M), Ruisleipä, Kananmuna, Paprikapala
Lounas	Broiskiskiusaus (G, L), Mustaherukkahillo, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Kasvis-soijakiusaus (G, L), Mustaherukkahillo, Salaattipöytä

Torstai 6.11.2025

Aamupala	4-viljanpuuro (M), Tomaatti, Juusto (L), Kaurapala
Lounas	Uunimakkara (G, M), Perunasose (L), Kurkkusalaatti, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Kasvisnakki (G, M), Perunasose (L), Kurkkusalaatti, Salaattipöytä

Perjantai 7.11.2025

Aamupala	Ruishiutalepuuro (M), Makkara (L), Päärynäsose, Leipä
Lounas/kasvislounas	Kasvis-makaronilaatikko (L), Salaattipöytä

Maanantai 10.11.2025 VIIKKO 5

Aamupala	Jogurtti (L), Kaurapala (L), Leikkele
Lounas	Jauhelihakastike (M), Pasta, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Soijarouhekastike (G*, L), Pasta, Salaattipöytä

Tiistai 11.11.2025

Aamupala	Ohrahiutalepuuro (M), Leipä, Juusto (L), Tomaatti
Lounas	Seikeitto (G, L), Makkara (L), Ruisvuoka, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Kesäkeitto (G, L), Juusto (L), Ruisvuoka, Salaattipöytä

Keskiviikko 12.11.2025

Aamupala	Vehnähiutalepuuro (M), Makkara (L), Paprika, Leipä
Lounas	Pastavuoka Carponara (L), Salaattipöytä
Kasvisruoka	Nyhtökaura Carponara (L), Salaattipöytä

Torstai 13.11.2025

Aamupala	4-viljapuuro (M), Juusto (L), Salaatinlehti, Leipä
Lounas	Maksapihvi (G, L, M), Peruna, Ruskeakastike (G), Puolukkahillo, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Kasvis-papukroketti (G, L, M, K), Kastike (G, L), Puolukkahillo, Salaattipöytä

Perjantai 14.11.2025

Aamupala	Kaurapuuro (M), Leikkele (L), Porkkanapala, Leipä
Lounas	Aurinkoinen broilerikeitto (G, L), Sekaleipä, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Aurinkoinen Mifukeitto (G, L), Sekaleipä, Salaattipöytä
Välipala	Sämpylä, Makkara (L), Hedelmäpala (Mandariini)