

Maanantai 18.2.2019

Aamupala	Riisihiutalepuuro (G, L), Tomaatti
Lounas	Makkarakastike (M), Peruna (G,M), Jäävuori - Tomaattisalaatti
Kasvisruoka	Soijanakkikastike (M), Peruna (L), Jäävuori - Tomaattisalaatti
Välipala	Leipä, Juusto (L), Lehtisalaatti

Tiistai 19.2.2019

Aamupala	Murot (L), Maito, Leipä (L), Juusto (L), Tomaatti
Lounas	Ohrapuuro (L) lähiruoka , Mehukeitto (G, L), Leikkele, Ruispala, Tuorepala (paprika)
Kasvisruoka	Ohrapuuro (L) lähiruoka , Mehukeitto (G, L), Juusto, Ruispala, Tuorepala (paprika)
Välipala	Leipä, Leikkele (L), Hedelmäsalaatti (G, L,M)

Keskiviikko 20.2.2019

Aamupala	Ruishiutalepuuro (M), Makkara (L)
Lounas	Jauheliha-makaronilaatikko (L), Kaali-tuorekurkku-pikkelssisalaatti
Kasvisruoka	Mifu-makaronilaatikko (L), Kaali-tuorekurkku-pikkelssisalaatti
Välipala	Mandariinirahka (G,L), Leipä

Torstai 21.2.2019

Aamupala	4-viljanpuuro (M), Juusto (L), Salaatinlehti
Lounas	Porkkanaohukainen (L), Perunasose (G, L), Jäävuori- paprikamix, Puolukkahillo
Kasvisruoka	Porkkanaohukainen (L,), Perunasose (G, L), Jäävuori- paprikamix , Puolukkahillo
Välipala	Leipä (L), Juusto (L), Hedelmä (Viinirypäle)

Perjantai 22.2.2019

Aamupala	Mannavelli (L), Porkkanapala
Lounas	Lohikeitto (G, L), Rieska (L), Tuorekurkku, Trooppinen kiisseli (L,G,M)
Kasvisruoka	Juusto-papu-paprikakeitto (G,L), Rieska (L), Tuorekurkku, Trooppinen kiisseli (L,G,M)
Välipala	Pitsapala (L)

Maanantai	25.2.2019
Aamupala	Vehnähiutalepuuro (M), Tuorekurkku
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
Tiistai	26.2.2019
Aamupala	Ohrahiutalepuuro (M), Leikkele (L), Salaatinlehti
Lounas	Hernekeitto (G, L), Juurespala (porkkana), Pannukakku, Hillo
Kasvisruoka	Kasvihernekeitto (G, L), Juurespala (porkkana), Pannukakku, Hillo
Välipala	Päärynä viili, Leipä
Keskiviikko	27.2.2019
Aamupala	Kauravelli (L), Ruisleipä (L), Kananmuna, Paprikapala
Lounas	Italian Jauhelihapata (M), Jäävuori-appelsiinisalaatti (G,L,M)
Kasvisruoka	Italian kasvipata (L), Jäävuori-appelsiinisalaatti (G,L,M)
Välipala	Leipä (L), Lehtisalaatti, Suklaakiisseli (L)
Torstai	28.2.2019
Aamupala	Ruishiutalepuuro (M), Tomaatti
Lounas	Jauhemaksapihvi (G,L,M), Peruna, Ruskea kastike (M), Kaali-puolukkasalaatti
Kasvisruoka	Kasviskeppukka (G,L,M), Peruna, Kastike, Kaali-puolukkasalaatti
Välipala	Leipä (L), Leikkele (G,L,M), Hedelmä (Omena)
Perjantai	1.3.2019
Aamupala	Makaronivelli (L), Makkara (L), Tuoremehu
Lounas	Seikeitto (G,L), Kaurapala (L), Tuorekurkku, , Laskiaispulla (L)
Kasvisruoka	Yrttitarhan Kasviskeitto (G, L, M), Kaurapala (L), Tuorekurkku, Laskiaispulla (L)
Välipala	Lihapiirakka (L), Viinirypäle

Maanantai 4.3.2019

Aamupala	Mannapuuro (L), Tuorekurkku
Lounas	Possukastike (M), Peruna, Babyporkkana, Vihersalaatti
Kasvisruoka	Juureskastike (L), Peruna, Babyporkkana, Vihersalaatti
Välipala	Leipä (L), Jogurtti (L)

Tiistai 5.3.2019 KEMI 150 vuotta

Aamupala	Kaurapuuro (M), Tuoremehu
Lounas	Juustoinen appelsiinilohi (G,L), Perunasose (L), Aurinkoinen salaatti, Laskiaispulla (L)
Kasvisruoka	Juustoinen uunijuures (G,L), Perunasose (L), Aurinkoinen salaatti, Laskiaispulla (L)
Välipala	Leipä, Leikkele, Viili

Keskiviikko 6.3.2019

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

Torstai 7.3.2019

Aamupala	Ruishiutalepuuro (M), Leikkele (L)
Lounas	Lihapulla (L), Ruskea kastike (M), Peruna, Vitamiinisalaatti (G,M,L)
Kasvisruoka	Kasvispyörykkä (L), kastike (L), Peruna, Vitamiinisalaatti (G,M,L)
Välipala	Puolukkarahka (L,G), Ruisleipä

Perjantai 8.3.2019

Aamupala	Vehnähiutalepuuro (M), Marjasekoitus (G,L,M)
Lounas	Lihakeitto (L, M,G), Ruispala (L), Tuorekurkku, Juusto (L), Mansikkakiisseli (G,L,M)
Kasvisruoka	Kasvissosekeitto (L, G), Ruispala (L), Tuorekurkku, Juusto (L), Mansikkakiisseli (G,L,M)
Välipala	Karjalanpiirakka (L), Munavoi (L, G)

Maanantai 11.3.2019

Aamupala	Kaurapuuro (M), Päärynäsose
Lounas	Jauhelihakastike (G*,L), Makaroni tumma, Kahden kaalin sekoitus, Porkkanaraaste
Kasvisruoka	Soijarouhekastike (G*,L), Makaroni tumma, Kahden kaalin sekoitus, Porkkanaraaste
Välipala	Leipä (L), Juusto (L), Paprika

Tiistai 12.3.2019

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

Keskiviikko 13.3.2019

Aamupala	Ruishiutalepuuro (M), Tomaatti
Lounas	Lohilaatikko (G,L), Punajuuri-omenasalaatti
Kasvisruoka	Kasvislaatikko, Punajuuri-omenasalaatti
Välipala	Mangorahka (G,L), Ruisleipä

Torstai 14.3.2019

Aamupala	4-viljanpuuro (M), Tuorekurkku, Ruusunmarjakeitto
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 15.3.2019

Aamupala	Ruishiutalepuuro (M), Leikkele (L)
Lounas	Savuporokeitto (G, L), Rieska, Tuorekurkku, Mansikka-vadelmakiisseli
Kasvisruoka	Savutofukeitto (G, L), Rieska, Tuorekurkku, Mansikka-vadelmakiisseli

Välipala Kinkkupitsapala (L)

Maanantai 18.3.2019

Aamupala Kaurapuuro (M), Tuoremehu

Lounas Palapaisti (G*,L), Peruna, Porkkanaviipale, Kaali-oreganosalaatti

Kasvisruoka Lumoava Kasvispata (G*,L), Peruna, Porkkanaviipale, Kaali-oreganosalaatti

Välipala Hapankorppu (L), Juusto (L), Paprika

Tiistai 19.3.2019

Aamupala Kaurapuuro (M), Hedelmäsose

Lounas Jauhelihakeitto (G, L), Kauraleipä, Tuorepala (Paprika)

Kasvisruoka Soijarouhekeitto (G,L), Kauraleipä, Tuorepala (Paprika)

Välipala Hedelmälohkoja (Omena), Leipä (L), Makkara (L)

Keskiviikko 20.3.2019

Aamupala Vehnähiutalevelli (L), Kaurapala (L), Kananmuna, Tomaatti

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 21.3.2019

Aamupala Ruishiutalepuuro (M), Juusto, Omenalohko

Lounas Kalastajan pyörykkä (G,L), Perunasose (L), Kermaviilikastike (G,L), Mehukas meloni-kurkkusalaatti

Kasvisruoka Kasvispyörykkä (G,L,M), Perunasose (L), Kermaviilikastike (G,L), Mehukas meloni-kurkkusalaatti

Välipala Maissikiisseli (G,L) ja hillo, Tuorekurkku

Perjantai 22.3.2019

Aamupala 4-viljanpuuro (M), Makkara, Ananastuoremehu

Lounas Aurinkoinen Broilerikeitto (G,L), Ruissämpylä (L), Kurkkupölkky, Punaherukkakeitto

Kasvisruoka Aurinkoinen Mifukeitto (G,L), Ruissämpylä (L), Kurkkupölkky, Punaherukkakeitto

Välipala Hedelmä (Mandariini), Leipä (L), Juusto (L)