

Maanantai	26.7.2021	VIIKKO 1
Aamupala	Kaurapuuro (M), Leipä, Leikkele	
Lounas	Nakkikastike (M), Peruna (G, M), 4-lajin vihannekset, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Soijanakkikastike (M), Peruna (L), 4-lajin vihannekset, Salaattipöytä	
Välipala	Leipä, Leikkele, Hedelmä (viinirypäle)	
Tiistai	27.7.2021	
Aamupala	Murot (L), Maito, Leipä (L), Makkara, Tomaatti	
Lounas	Aurinkoinen broilerikeitto (G, L), Ruispala, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Aurinkoinen mifu-keitto (G, L), Ruispala, Salaattipöytä	
Välipala	Meren pitsa (L)	
Keskiviikko	28.7.2021	
Aamupala	Ruishiutalepuuro (M), Kananmuna, Paprika, Leipä	
Lounas	Jauheliha-makaronilaatikko (L), Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Mifu- makaronilaatikko (L), Salaattipöytä	
Välipala	Puolukkarahka (G, L), Leipä, Tomaatti	
Torstai	29.7.2021	
Aamupala	4-viljanpuuro (M), Juusto (L), Salaatinlehti, Leipä	
Lounas	Kalastajan pyörökät (G, K, M), Perunat, Kermaviilikastike (L), Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Kasvisjauhispyörökä (G, L,M,K), Perunat, Kermaviilikastike (L), Salaattipöytä	
Välipala	Karjalanpiirakka (L), Juusto (L), Kurkku	
Perjantai	30.7.2021	
Aamupala	Mannavelli (L), Leikkele (L), Porkkanapala, Leipä	
Lounas	Kinkkukiusaus (G, L), Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Kasviskiusaus (G, L), Salaattipöytä	
Välipala	Mehukeitto (G, L), Hapankorppu, Juusto (L)	

Maanantai	2.8.2021	VIIKKO 2
Aamupala	Kaurapuuro (M), Ruisleipä, Leikkele	
Lounas	Bologneskastike (M), Pasta, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Kasvis-bolognesekastike (L), Pasta, Salaattipöytä	
Välipala	Leipä, Leikkele, Paprika	
<hr/>		
Tiistai	3.8.2021	
Aamupala	Ohrahiutalepuuro (M), Leipä, Makkara, Tuorekurkku	
Lounas	Hernekeitto (G, L), Salaattipöytä, Pannukakku (L), Hillo	
Kasvisruoka	Kasvishernekeitto (G, L), Salaattipöytä, Pannukakku (L), Hillo	
Välipala	Meren lihapiirakka (M), Hedelmä (satsuma)	
<hr/>		
Keskiviikko	4.8.2021	
Aamupala	Kaurapuuro (M), Ruisleipä (L), Kananmuna, Paprikapala	
Lounas	Juustoinen perunavuoka (G, L), Salaattipöytä	
Välipala	Marjapuuro (L), Leipä	
<hr/>		
Torstai	5.8.2021	
Aamupala	4-viljanvelli (L), Tomaatti, Juusto (L), Kaurapala	
Lounas	Lihakeitto (G, L), Sämpylä, Juusto (L), Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Mifu-keitto (G, L), Sämpylä, Juusto (L), Salaattipöytä	
Välipala	Hedelmäpala, Makkara , Leipä	
<hr/>		
Perjantai	6.8.2021	
Aamupala	Vehnähiutalepuuro (M) Makkara (L), Omenasose, Leipä	
Lounas	Sitruunainen kalaleike (M), Kermaviilikastike (L), Peruna, Salaattipöytä,	
Kasvisruoka	Bataatti-juurespihvi (G, L, M), Kermaviilikastike (L), Peruna, Salaattipöytä	
Välipala	Viili (L), Leipä, Leikkele	

Maanantai**9.8.2021****VIIKKO 3**

Aamupala	Kaurapuuro (M), Leipä, Leikkele (L)
Lounas	Possukastike (M), Peruna, Babyporkkana, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Juureskastike (L), Peruna, Babyporkkana, Salaattipöytä
Välipala	Leipä, Sulatejuusto (L), Kurkku

Tiistai**10.8.2021**

Aamupala	Ohrahiutalepuuro (M), Leipä, Juusto (L), Tomaatti
Lounas	Pinaattikeitto (L), Kananmuna, Karjalanpiirakka (L), Salaattipöytä
Välipala	Mandariinirahka (L), Leipä

Keskiviikko**11.8.2021**

Aamupala	Ruishiutalepuuro (M), Makkara (L), Paprika, Leipä
Lounas	Broileri - cappellipaistos (L), Salaattipöytä, Mustaherukkahillo
Kasvisruoka	Tofu - cappellipaistos (L), Salaattipöytä, Mustaherukkahillo
Välipala	Appelsiini kiisseli (G), Leipä, Juusto (L)

Torstai**12.8.2021**

Aamupala	4- viljanpuuro (M), Juusto, Salaatinlehti, Leipä
Lounas	Lihapulla (L), Ruskea kastike (M), Peruna, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Kasvispyörykkä (L), Kastike (L), Peruna, Salaattipöytä
Välipala	Näkkäri, Makkara (L), Porkkanapölkky

Perjantai**13.8.2021**

Aamupala	Mannavelli (L), Leikkele, Porkkanapala, Leipä
Lounas	Lohikiusaus (G, L), Punajuuri, Salaattipöytä,
Kasvisruoka	Kasviskiusaus (G, L), Punajuuri, Salaattipöytä
Välipala	Maustamaton jogurtti (L), Marjat

Maanantai	16.8.2021	VIIKKO 4
Aamupala	Kaurapuuro (M), Ruisleipä, Juusto (L)	
Lounas	Jauhelihakastike (L), Makaroni tumma, Menu Europa vihannessekoitus, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Soijarouhekastike (G*, L), Makaroni tumma, Menu Europa vihannessekoitus, Salaattipöytä	
Välipala	Leipä, Makkara, Mandariini/ Appelsiinilohko	

Tiistai	17.8.2021
Aamupala	Ohrahiutalepuuro (M), Leipä, Leikkele, Tuorekurkku
Lounas	Lohikeitto (G, L), Rieska, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Kesäkeitto (G, L), Rieska, Salaattipöytä
Välipala	Maissikiisseli (G, L), Marjasose, Hapankorppu

Keskiviikko	18.8.2021
Aamupala	Kaurapuuro (M), Ruisleipä, Kananmuna, Paprikapala
Lounas	Lasagnette (L), Salaattipöytä
Kasvisruoka	Kasvis-lasagnette (L), Salaattipöytä
Välipala	Dippivihannekset (porkkana, kurkku, paprika) ja dippi (L), Leipä

Torstai	19.8.2021
Aamupala	4-viljanvelli (L), Tomaatti, Juusto (L), Kaurapala
Lounas	Vegekepakko (L,M,K), Kermaperunat (G, L), Remoulade (G, L,M), Salaattipöytä
Välipala	Mansikka smoothie (G, L), Leipä

Perjantai	20.8.2021
Aamupala	Vehnähiutalepuuro (M), Makkara (L), Päärynäsose, Leipä
Lounas	Uunimakkara (G, M), Perunasose (G, L), Kurkkusalaatti, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Kasvisgrilleri (G, M), Perunasose (L), Kurkkusalaatti, Salaattipöytä
Välipala	Karjalanpiirakka (L), munavoi (L), Paprika

Maanantai	23.8.2021	VIIKKO 5
Aamupala	Kaurapuuro (M), Leipä, Leikkele	
Lounas	Lihakastike (L), Peruna, Värikkäät porkkanat, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Lumoava Kasvispata (G, L), Peruna, Värikkäät porkkanat, Salaattipöytä	
Välipala	Leipä, Leikkele, Lehtisalaatti	

Tiistai	24.8.2021	
Aamupala	Ohrahiutalepuuro (M), Leipä, Juusto (L), Tomaatti	
Lounas	Seikeitto (G, L), Kauraleipä, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Yrttitarhan kasviskeitto (G, L), Kauraleipä, Salaattipöytä	
Välipala	Pulla (L), Kaakao (L), Hapankorppu, Sulatejuusto (L)	

Keskiviikko	25.8.2021	
Aamupala	Ruishiutalepuuro (M), Makkara (L), Paprika, Leipä	
Lounas	Makkarakastike (M), Peruna, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Kasvismakkarakastike (L), Peruna, Salaattipöytä	
Välipala	Sekamarjakeitto (G), Leipä, Juusto (L)	

Torstai	26.8.2021	
Aamupala	4-viljapuuro (M), Juusto (L), Salaatinlehti, Leipä	
Lounas	Kasvis-makaronilaatikko (L), Salaattipöytä	
Välipala	Meren Kinkkupitsa (L)	

Perjantai	27.8.2021	
Aamupala	Mannavelli (L), Leikkele (L), Porkkanapala, Leipä	
Lounas	Aurinkoinen broilerikeitto (G, L), Rapia-leipä, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Aurinkoinen mifu-keitto (G, L), Rapia-leipä, Salaattipöytä	
Välipala	Sämpylä, Makkara (L), Omenalohko	

Maanantai	30.8.2021	VIIKKO 6
Aamupala	Kaurapuuro (M), Ruisleipä, Juusto (L)	
Lounas	Tahitilainen broilerikastike (L), Tumma riisi, Mustaherukkahillo, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Linssi-kasvishöystö (G, L,M), Tumma riisi, Mustaherukkahillo, Salaattipöytä	
Välipala	Leipä, Kurkku, Leikkele	

Tiistai	31.8.2021
Aamupala	Murot, Leipä, Leikkele, Tuorekurkku
Lounas	Savuporokeitto (G, L), Rieska, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Savutofukeitto (G, L), Rieska, Salaattipöytä
Välipala	Dippivihannekset (porkkana, kurkku, paprika) ja dippi (L), Leipä

Keskiviikko	1.9.2021
Aamupala	Kaurapuuro (M), Ruisleipä, Kananmuna, Paprikapala
Lounas	Pastavuoka carponara (L), Salaattipöytä
Kasvisruoka	Nyhtökaura-carponara (L), Salaattipöytä
Välipala	Marjat, Maustamaton jogurtti (L), Leipä

Torstai	2.9.2021
Aamupala	4-viljanvelli (L), Tomaatti, Juusto (L), Kaurapala
Lounas	Jauhemaksapihvi (G, L, M), Ruskeakastike (L), Peruna, Puolukka, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Kasvis-papukroketti (G, L,M, K), Kastike (L), Peruna, Puolukka, Salaattipöytä
Välipala	Suklaakiisseli (G, L), Tuorekurkku, Hapankorppu

Perjantai	3.9.2021
Aamupala	Vehnähiutalepuuro (M), Makkara (L), Leipä, Marjat
Lounas	Kalakepukka (G, L, M, K) Perunasose (L), Punajuuri, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Hernepihvi (G, L, M), Perunasose (L), Punajuuri, Salaattipöytä
Välipala	Päärynä-mango smoothie (sose) (L), Leipä