

<b>Maanantai</b>	<b>26.7.2021</b>	<b>VIIKKO 1</b>
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)	
<b>Tiistai</b>	<b>27.7.2021</b>	
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)	
<b>Keskiviikko</b>	<b>28.7.2021</b>	
Aamupala	Ruishiutalepuuro (M), Kananmuna, Paprika, Leipä	
Lounas	Jauheliha-makaronilaatikko (L), Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Mifu- makaronilaatikko (L), Salaattipöytä	
Välipala	Puolukkarahka (G, L), Leipä, Tomaatti	
<b>Torstai</b>	<b>29.7.2021</b>	
Aamupala	4-viljanpuuro (M), Juusto (L), Salaatinlehti, Leipä	
Lounas	Kalastajan pyörökät (G, K, M), Perunat, Kermaviilikastike (L), Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Kasvisjauhispyöröykkä (G, L,M,K), Perunat, Kermaviilikastike (L), Salaattipöytä	
Välipala	Karjalanpiirakka (L), Juusto (L), Kurkku	
<b>Perjantai</b>	<b>30.7.2021</b>	
Aamupala	Mannavelli (L), Leikkele (L), Porkkanapala, Leipä	
Lounas	Kinkkukiusaus (G, L), Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Kasviskuisaus (G, L), Salaattipöytä	
Välipala	Mehukeitto (G, L), Hapankorppu, Juusto (L)	

<b>Maanantai</b>	<b>2.8.2021</b>	<b>VIIKKO 2</b>
Aamupala	Kaurapuuro (M), Ruisleipä, Leikkele	
Lounas	Bologneskastike (M), Pasta, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Kasvis-bolognesekastike (L), Pasta, Salaattipöytä	
Välipala	Leipä, Leikkele, Paprika	
<hr/>		
<b>Tiistai</b>	<b>3.8.2021</b>	
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/>		
<b>Keskiviikko</b>	<b>4.8.2021</b>	
Aamupala	Kaurapuuro (M), Ruisleipä (L), Kananmuna, Paprikapala	
Lounas	Juustoinen perunavuoka (G, L), Salaattipöytä	
Välipala	Marjapuuro (L), Leipä	
<hr/>		
<b>Torstai</b>	<b>5.8.2021</b>	
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/>		
<b>Perjantai</b>	<b>6.8.2021</b>	
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	Omena jogurtti (L), Leipä, Leikkele	

<b>Maanantai</b>	<b>9.8.2021</b>	<b>VIIKKO 3</b>
Aamupala	Kaurapuuro (M), Leipä, Leikkele (L)	
Lounas	Possukastike (M), Peruna, Babyporkkana, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Juureskastike (L), Peruna, Babyporkkana, Salaattipöytä	
Välipala	Leipä, Sulatejuusto (L), Kurkku	

---

<b>Tiistai</b>	<b>10.8.2021</b>
Aamupala	Ohrahiutalepuuro (M), Leipä, Juusto (L), Tomaatti
Lounas	Pinaattikeitto (L), Kananmuna, Karjalanpiirakka (L), Salaattipöytä
Välipala	Mandariinirahka (L), Leipä

---

<b>Keskiviikko</b>	<b>11.8.2021</b>
Aamupala	Ruishiutalepuuro (M), Makkara (L), Paprika, Leipä
Lounas	Broileri - cappellipaistos (L), Salaattipöytä, Mustaherukkahillo
Kasvisruoka	Tofu - cappellipaistos (L), Salaattipöytä, Mustaherukkahillo
Välipala	Appelsiinihiisseli (G), Leipä, Juusto (L)

---

<b>Torstai</b>	<b>12.8.2021</b>
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

---

<b>Perjantai</b>	<b>13.8.2021</b>
Aamupala	Mannavelli (L), Leikkele, Porkkanapala, Leipä
Lounas	Lohikiusaus (G, L), Punajuuri, Salaattipöytä,
Kasvisruoka	Kasviskiusaus (G, L), Punajuuri, Salaattipöytä
Välipala	Maustamaton jogurtti (L), Marjat

---

<b>Maanantai</b>	<b>16.8.2021</b>	<b>VIIKKO 4</b>
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	

---

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

---

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

---

<b>Torstai</b>	<b>19.8.2021</b>
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

---

<b>Perjantai</b>	<b>20.8.2021</b>
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

<b>Maanantai</b>	<b>23.8.2021</b>	<b>VIIKKO 5</b>
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	

---

<b>Tiistai</b>	<b>24.8.2021</b>	
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)	

---

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

---

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

---

<b>Perjantai</b>	<b>27.8.2021</b>	
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	

<b>Maanantai</b>	<b>30.8.2021</b>	<b>VIIKKO 6</b>
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	

---

<b>Tiistai</b>	<b>31.8.2021</b>
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

---

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

---

<b>Torstai</b>	<b>2.9.2021</b>
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

---

<b>Perjantai</b>	<b>3.9.2021</b>
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