

Maanantai	4.4.2022	VIIKKO 1
Aamupala	Kaurapuuro (M), Leipä, Leikkele	
Lounas	Nakkikastike (M), Peruna (G, M), 4-lajin vihannessekoitus, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Soijanakkikastike (M), Peruna (L), 4-lajin vihannessekoitus, Salaattipöytä	
Välipala	Leipä, Leikkele, Hedelmä (viinirypäle)	
Tiistai	5.4.2022	
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 (L), Ruispala, Salaattipöytä	
Välipala	Meren pitsa (L)	
Keskiviikko	6.4.2022	
Aamupala	Ruishiutalepuuro (M), Kananmuna, Paprika, Leipä	
Lounas	Jauheliha-makaronilaatikko (L), Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Mifu- makaronilaatikko (L), Salaattipöytä	
Välipala	Puolukkarahka (G, L), Leipä, Tomaatti	
Torstai	7.4.2022	
Aamupala	4-viljanpuuro (M), Juusto (L), Salaatinlehti, Leipä	
Lounas	Kalastajan pyörökät (G, K, M), Perunat, Kermaviilikastike (L), Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Kasvisjauhis pyörökä (G, L, M, K), Perunat, Kermaviilikastike (L), Salaattipöytä	
Välipala	Karjalanpiirakka (L), Juusto (L), Kurkku	
Perjantai	8.4.2022	
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 11.4.2022 VIIKKO 2

Aamupala	Kaurapuuro (M), Ruisleipä, Leikkele
Lounas	Bolognesekastike (G*, M), Pasta, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Kasvis-bolognese (L), Pasta, Salaattipöytä
Välipala	Leipä, Leikkele, Paprika

Tiistai 12.4.2022

Aamupala	Ohrahiutalepuuro (M), Leipä, Makkara, Tuorekurkku
Lounas	Lihakeitto (G, L), Sämpylä, Juusto (L), Salaattipöytä
Kasvisruoka	Mifukeitto (G, L), Sämpylä, Juusto (L), Salaattipöytä
Välipala	Meren lihapiirakka (M), Hedelmä (satsuma)

Keskiviikko 13.4.2022

Aamupala	Ruishiutalepuuro (M), Ruisleipä (L), Kananmuna, Paprikapala
Lounas	Pyörykkäpyttis (G, L, M), Salaattipöytä
Välipala	Marjapuuro (L), Leipä

Torstai 14.4.2022

Aamupala	4-viljanpuuro (M), Tomaatti, Juusto (L), Kaurapala
Lounas	Kanenugetti (L), Curry-majoneesi (G, L, M), Perunasose (L), Salaattipöytä
Kasvisruoka	Tarhurin Papu nugetti (M, K), Curry-majoneesi (G, L, M), Perunasose (L), Salaattipöytä
Välipala	Leipä, Makkara, Hedelmäpala (omenalohko)

Perjantai 15.4.2022 Pitkäperjantai



Maanantai

18.4.2022 2.pääsiäispäivä

VIIKKO 3



Tiistai

19.4.2022

Aamupala

Ohrahiutalepuuro (M), Leipä, Juusto (L), Tomaatti

Lounas

Pinaattikeitto (L), Kananmuna, Karjalanpiirakka (L), Salaattipöytä

Välipala

Mandariinirahka (L), Leipä

Keskiviikko

20.4.2022

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

21.4.2022

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

22.4.2022

Aamupala

Mannavelli (L), Leikkele, Tomaatti, Leipä

Lounas

Lohikiusaus (G, L), Punajuuri, Salaattipöytä,

Kasvisruoka

Kasviskiusaus (G, L), Punajuuri, Salaattipöytä

Välipala

Maustamaton jogurtti (L), Marjat

Maanantai	25.4.2022	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	

Tiistai	26.4.2022
Aamupala	Ohrahiutalepuuro (M), Leipä, Leikkele, Tuorekurkku
Lounas	Lohikeitto (G, L), Rieska, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Yrttitarhan kasviskeitto (G, L), Rieska, Salaattipöytä
Välipala	Maissikiisseli (G, L), Marjasose, Hapankorppu

Keskiviikko	27.4.2022
Aamupala	Ruishiutalepuuro (M), Ruisleipä, Kananmuna, Paprikapala
Lounas	Lasagnette (L), Salaattipöytä
Kasvisruoka	Kasvis-lasagnette (L), Salaattipöytä
Välipala	Dippivihannekset (porkkana, kurkku, paprika) ja dippi (L), Leipä

Torstai	28.4.2022
Aamupala	4-viljanpuuro (M), Tomaatti, Juusto (L), Kaurapala
Lounas	Vegekebakko (L, M, K), Kermaperunat (G, L), Remoulade (G, L, M), Salaattipöytä
Välipala	Mansikka smoothie (G, L), Leipä

Perjantai	29.4.2022
Aamupala	Vehnähiutalepuuro (M), Makkara (L), Päärynäsose, Leipä
Lounas	Nakit (G, L), Perunasose (L), Punajuuri, Salaattipöytä, Munkki (L)
Kasvisruoka	Kasvis-nakki (G, L), Perunasose (L), Punajuuri, Salaattipöytä, Munkki (L)
Välipala	Karjalanpiirakka (L), munavoi (L), Paprika

Maanantai	2.5.2022	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	3.5.2022	
Aamupala	Ohrahiutalepuuro (M), Leipä, Juusto (L), Tomaatti	
Lounas	Seikeitto (G, L), Kauraleipä, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Kesäkeitto (G, L), Kauraleipä, Salaattipöytä	
Välipala	Meren Kinkkupizza (L)	

Keskiviikko	4.5.2022	TOIVERUOKA
Aamupala	Ruishiutalepuuro (M), Makkara (L), Paprika, Leipä	
Lounas	Makkarakastike (M), Peruna, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Kasvismakkarakastike (L), Peruna, Salaattipöytä	
Välipala	Sekamarjakeitto (G, L), Leipä, Juusto (L)	

Torstai	5.5.2022	
Aamupala	4-viljapuuro (M), Juusto (L), Salaatinlehti, Leipä	
Lounas	Kasvis-makaronilaatikko (L), Salaattipöytä	
Välipala	Pulla (L), Kaakao (L), Hapankorppu, Sulatejuusto (L)	

Perjantai	6.5.2022	
Aamupala	Mannavelli (L), Leikkele (L), Porkkanapala, Leipä	
Lounas	Aurinkoinen broilerikeitto (G, L), Rapia-leipä, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Aurinkoinen Mifukeitto (G, L), Rapia-leipä, Salaattipöytä	
Välipala	Sämpylä, Makkara (L), Hedelmäpala (Appelsiinipala)	

Maanantai	9.5.2022	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	
<hr/>		
Tiistai	10.5.2022	
Aamupala	Ohrahiutalepuuro (M), Leipä, Leikkele, Tuorekurkku	
Lounas	Savuporokeitto (G, L), Rieska, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Savutofukeitto (G, L), Rieska, Salaattipöytä	
Välipala	Dippivihannekset (porkkana, kurkku, paprika) ja dippi (L), Leipä	
<hr/>		
Keskiviikko	11.5.2022	
Aamupala	Ruishiutalepuuro (M), Ruisleipä, Kananmuna, Paprikapala	
Lounas	Pastavuoka carponara (L), Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Nyhtökaura-carponara (L), Salaattipöytä	
Välipala	Marjat, Maustamaton jogurtti (L), Leipä	
<hr/>		
Torstai	12.5.2022	
Aamupala	4-viljanpuuro (M), Tomaatti, Juusto (L), Kaurapala	
Lounas	Jauhemaksapihvi (G, L, M), Ruskeakastike (G*, L), Peruna, Puolukkahillo, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Kasvis-papukroketti (G, L, M, K), Kastike (G, L), Peruna, Puolukkahillo, Salaattipöytä	
Välipala	Suklaakiisseli (G, L), Tuorekurkku, Hapankorppu	
<hr/>		
Perjantai	13.5.2022	
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	