

Maanantai 14.1.2019

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 15.1.2019

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 16.1.2019

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

Torstai 17.1.2019

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 18.1.2019

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	21.1.2019
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	22.1.2019
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	23.1.2019
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	24.1.2019
Aamupala	Ruishiutalepuuro (M), Tomaatti
Lounas	Maksalaatikko (G,L,M,K), Peruna, Ruskea kastike (M), Kaali-puolukkasalaatti
Kasvisruoka	Välimeren paistos (G,L), Kaali-puolukkasalaatti
Välipala	Leipä (L), Leikkele (G,L,M), Hedelmä (Omena)
Perjantai	25.1.2019
Aamupala	Makaronivelli (L), Makkara (L), Tuoremehu
Lounas	Seikeitto (G,L), Kaurapala (L), Tuorekurkku, Sekamarjakiisseli (G,M,L)
Kasvisruoka	Yrttitarhan Kasviskeitto (G, L, M), Kaurapala (L), Tuorekurkku, Sekamarjakiisseli (G,M,L)
Välipala	Lihapiirakka (L), Viinirypäle

Maanantai 28.1.2019

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

Tiistai 29.1.2019

Aamupala	Kaurapuuro (M), Tuoremehu
Lounas	Värikäs kalakeitto (G, L), Hedelmäpala (appelsiini), Sämpylä (L)
Kasvisruoka	Kesäkeitto (G, L), Hedelmäpala (appelsiini), Sämpylä (L)
Välipala	Aprikoosikiisseli (G ,L,M), Leipä, Leikkele

Keskiviikko 30.1.2019

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 31.1.2019

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 1.2.2019

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	4.2.2019
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	5.2.2019
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	6.2.2019
Aamupala	Ruishiutalepuuro (M), Tomaatti
Lounas	Lohilaatikko (G,L), Punajuuri-omenasalaatti
Kasvisruoka	Kasvislaatikko, Punajuuri-omenasalaatti
Välipala	Mangorahka (G,L), Ruisleipä

Torstai	7.2.2019
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	Appelsiiniikiisseli (M,L,G), Leipä, Leikkele (G,L,M)

Perjantai	8.2.2019
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 11.2.2019

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 12.2.2019

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 13.2.2019

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 14.2.2019

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 15.2.2019

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)