

Maanantai 5.3.2018 viikko 10

Aamupala	Murot, Kaurapala (L), Leikkele (L)
Lounas	Makkarakastike (G*,L), Peruna, Jäävuori - Tomaatti
Kasvisruoka	Soijanakkikastike (G*,L), Peruna, Jäävuori - Tomaatti
Välipala	Leipä (L), Juusto (L), Lehtisalaatti
Päivällinen	Pinaattinen kalastajan keitto (G,L), Paprika
Iltapala	Sämpylä (L), Makkara (L), Tuorekurkku

Tiistai 6.3.2018

Aamupala	Kaurapuuro (M), Hedelmäsose
Lounas	Broilerikeitto (G,L), Kaurapala (L),m Tuorepala
Kasvisruoka	Yrttitarhan kasviskeitto (G,M), Kauraleipä, Tuorepala
Välipala	Hedelmäsalaatti (G,L,M), Leipä (L), Leikkele (L)
Päivällinen	Porokiusaus (G,L), Puolukkahillo
Iltapala	Rieska (L), Juusto (L), Hedelmä, Tomaatti

Keskiviikko 7.3.2018

Aamupala	Leipä (L), Makkara (L), Hedelmä
Lounas	Jauheliha-makaronilaatikko (L), Kaali-tuorekurkku-pikkelssisalaatti
Kasvisruoka	Soija-makaronilaatikko (L), Kaali-tuorekurkku-pikkelssisalaatti
Välipala	Mandariinirahka (G,L), Leipä
Päivällinen	Possupata (G,L), Tuorekurkku (L)
Iltapala	Sämpylä (L), Leikkele (L), Salaatinlehti

Torstai 8.3.2018

Aamupala	4-Viljan puuro (M), Juusto (L), Salaatinlehti
Lounas	Broileripyörykkä (L), Peruna, Currykastike (M), Karkea kurkkuraaste, Mustaherukkahillo
Kasvisruoka	Kasvis-papukroketti (G,L), Peruna, Kastike (M), Karkea kurkkuraaste, Mustaherukkahillo
Välipala	Leipä (L), Hedelmä (viinirypäle), Juusto (L)
Päivällinen	Jauhelihakeitto (G,M), Tuorepala
Iltapala	Ruispala (L), Leikkele (L), Hedelmä, Tuorekurkku

Perjantai 9.3.2018

Aamupala	Ohrapuuro (M), Porkkanapala
Lounas	Lohikeitto (G,L), Ohrarieska, Paprikapala, Trooppinen kiisseli (L,G,M)
Kasvisruoka	Juusto-papu-paprikakeitto (G,L), Ohrarieska (L), Paprikapala, Trooppinen kiisseli (L,G, M)
Välipala	Jauhelihapitsapala (L)
Päivällinen	Nakkipata (G,M), Punajuuri
Iltapala	Sämpylä (L), Makkara (L), Maustekurkku

Lauantai 10.3.2018

Lounas	Pieni häränmurekepihvi (G,M,L), Perunasose (G,L), Ruskea kastike(L,G), Tomaatti
Kasvisruoka	Kasvispihvi (L, G), Perunasose (L) , Kastike (L), Tomaatti
Välipala	Mustikkamehukeitto, Ruisleipä
Päivällinen	Jauhelihakiusaus (G,L), Punajuuri
Iltapala	Kauraleipä, Leikkele, Tuorekurkku

Sunnuntai 11.3.2018

Lounas	Makkarakastike (L,G), Perunasose (G,L) Kurkkusalaatti
Kasvisruoka	Itämainen kasvishöystö (G,M,L), Perunasose (G,L), Kurkkusalaatti
Välipala	Karjalanpiirakka (L), Leikkele (L)
Päivällinen	Merimiespihvi (G,M), Punajuuri
Iltapala	Sämpylä, Juusto, Paprika, Hedelmä

Maanantai 12.3.2018

Aamupala	Jogurtti metsämarja (L), Ruisleipä, Juusto
Lounas	Värikäs broilerikastike (G,L), Tumma Riisi (G,M), Mustaherukkahillo, Kukkakaali-Cantaloupesalaatti
Kasvisruoka	Itämainen kasvishöystö (G,L,M), Tumma Riisi (G,M), Mustaherukkahillo, Kukkakaali-Cantaloupesalaatti
Välipala	Ruisleipä, Juusto, Paprika
Päivällinen	Makkarakeitto (G,L), Tomaatti
Iltapala	Sämpylä (L), Makkara (L), Tuorekurkku

Tiistai 13.3.2018

Aamupala	Murot (L), Leipä (G,L), Leikkele, Tuorekurkku
Lounas	Hernekeitto (G,L), Juurespala, Sulatejuusto (L)
Kasvisruoka	Kasvihernekeitto (G,L), Juurespala, Sulatejuusto (L)
Välipala	Pannukakku (L) ja Hillo
Päivällinen	Pinaattinen nakki-perunasoselaatikko (G,M), Punajuurilohko
Iltapala	Rieska (L), Juusto (L), Hedelmä, Tomaatti

Keskiviikko 14.3.2018

Aamupala	Kauravelli (L), Ruisleipä, Kananmuna, Paprikapala
Lounas	Italian Jauhelihapata (M), Jäävuori-appelsiinisalaatti (G,L,M)
Kasvisruoka	Italian kasvipata (L), Jäävuori-appelsiinisalaatti (G,L,M)
Välipala	Suklaakiisseli (L), Leipä (L), Tuorekurkku
Päivällinen	Jauhelihakeitto (G,L), Paprika
Iltapala	Sämpylä, Leikkele, Salaatinlehti

Torstai 15.3.2018

Aamupala	Ruishiutalepuuro (M), Tomaatti
Lounas	Jauhemaksapihvi (G,M,L), Peruna, Ruskea kastike (G,L), Kaali-puolukkasalaatti
Kasvisruoka	Papupihvi (L), Peruna, Kastike (G,L), Kaali-puolukkasalaatti
Välipala	Leipä (L), Leikkele (G,L), Hedelmä (Omena)
Päivällinen	Kalalaatikko (G,L), Kurpitsapikkelssi
Iltapala	Ruispala (L), Leikkele (L), Marjasekoitus (L,G,M)

Perjantai 16.3.2018

Aamupala	Kaurapuuro (M), Makkara, Tuoremehu
Lounas	Seikeitto (G,L), Kaurapala (L), Tomaatti, Sekamarjakiisseli (G,L,M)
Kasvisruoka	Yrttitarhan kasviskeitto (G,L), Kaurapala (L), Tomaatti, Sekamarjakiisseli (G,L,M)
Välipala	Lihapiirakka, Tuorekurkku
Päivällinen	Metsästäjän pata (G,M), Punajuuri
Iltapala	Sämpylä (L), Makkara (L), Maustekurkku

Lauantai 17.3.2018

Lounas	Riistakiusaus (G,L), Punajuurisalaatti
Kasvisruoka	Kasviskiusaus (G,L), Punajuurisalaatti
Välipala	Jogurtti (L), Leipä (L)
Päivällinen	Nakkikeitto (G,M), Tuorekurkkui
Iltapala	Karjalanpiirakka (L), Leikkele (L)

Sunnuntai 18.3.2018

Lounas	Maksalaatikko (G,L), Voisula, Puolukkahillo, Paprika
Kasvisruoka	Kasvislaatikko (G,L), Voisula, Puolukkahillo, Paprika
Välipala	Ruusunmarjasoppa (G,M,L), leipä
Päivällinen	Broiskis-perunaviipalelaatikko (G,L), Kurkkusalaatti
Iltapala	Sämpylä (L), Juusto (L), Paprika, Hedelmä

Maanantai 19.3.2018

Aamupala	Riisimurot, Ruispala, Leikkele
Lounas	Possukastike (G,L), Peruna, Babyporkkana, Vihersalaatti
Kasvisruoka	Juureskastike (L), Peruna, Babyporkkana, Vihersalaatti
Välipala	Leipä (L), Juusto (L), Paprika
Päivällinen	Jauhelihakeitto (G,M), Tuorekurkku (G,L)
Iltapala	Sämpylä (L), Makkara (L), Paprika

Tiistai 20.3.2018

Aamupala	Kaurapuuro (M), Tuoremehu
Lounas	Värikäs kalakeitto (G,L), Hedelmäpala, Sämpylä (L)
Kasvisruoka	Kesäkeitto (G,L), Hedelmäpala, Sämpylä (L)
Välipala	Aprikoosikiisseli (G,L,M), Leipä (L)
Päivällinen	Kinkkukiusaus (G,L), Kurkkusalaatti
Iltapala	Rieska (L), Leikkele (L), Hedelmä, Tomaatti

Keskiviikko 21.3.2018

Aamupala	4-viljanpuuro (M), Makkara (L), Tomaatti
Lounas	Broileri-cappellipaistos (L), Punakaali-valkokaali-ananas-salaatti
Kasvisruoka	Tofu-cappellipaistos (L), Punakaali-valkokaali-ananas-salaatti
Välipala	Omenakiisseli (G,L,M), Leipä, Tuorekurkku
Päivällinen	Lihakeitto (G,M), Paprika
Iltapala	Sämpylä (L), Leikkele (L), Salaatinlehti

Torstai 22.3.2018

Aamupala	Ruishiutalepuuro (M), Ruisleipä, Juusto
Lounas	Lihapulla (L), Ruskea kastike (G*,L), peruna (G,L), Vitamiinisalaatti
Kasvisruoka	Kasvispyörykkä (L), Kastike (G*,L), peruna (G,L), Vitamiinisalaatti
Välipala	Puolukkarahka, Ruisleipä (L)
Päivällinen	Nakkikeitto (G,M), Tomaatti
Iltapala	Soppa (L,M,G), Leikkele (L,G), Ruisleipä (L)

Perjantai 23.3.2018

Aamupala	Ohrahiutalepuuro (M), Marjasekoitus
Lounas	Lihakeitto (G,M), Tuorekurkku, Ruispala (L), Juusto (L), Mansikkakiisseli (L,M,G)
Kasvisruoka	Kasvissosekeitto (G,L,M), Tuorekurkku, Ruispala (L), Juusto (L), Mansikkakiisseli (G,M,L)
Välipala	Karjalanpiirakka (L), Munavoi (G,L)
Päivällinen	Maksalaatikko (L), Puolukkahillo
Iltapala	Sämpylä (L), Makkara (L), Maustekurkku

Lauantai 24.3.2018

Lounas	Bolognesekastike (G,M), Spagetti (L), Tuorekurkku
Kasvisruoka	Kasvis-bolognese (G,L), Spagetti (L), Tuorekurkku
Välipala	Jogurtti(L), Hedelmä, Ruisleipä (L)
Päivällinen	Broilerikeitto (G,M), Paprika
Iltapala	Kauraleipä (L), Leikkele (L), Tuorekurkku

Sunnuntai 25.3.2018

Lounas	Nakkikastike(G,L), Perunasose, Italiansalaatti (L)
Kasvisruoka	Soijanakkikastike (G,L) ,Perunasose, Italiansalaatti (L)
Välipala	Vadelmakeitto (L,G,M), Leipä, Leikkele
Päivällinen	Lohikiusaus (G,L), Punajuuri
Iltapala	Sämpylä (L), Juusto (L), Paprika, Hedelmä

Maanantai 26.3.2018

Aamupala	Jogurtti metsämarja (L), Ruispala, Leikkele
Lounas	Jauhelihakastike (G,M), Peruna (G,L), Kahden kaalin sekoitus, Porkkanaraaste
Kasvisruoka	Soijarouhekastike (G,M), Peruna (G,L), Kahden kaalin sekoitus, Porkkanaraaste
Välipala	Leipä (L), Makkara (L), Tomaatti
Päivällinen	Broileripata (G,M), mustaherukkahillo
Iltapala	Sämpylä (L), Makkara (L), Tuorekurkku

Tiistai 27.3.2018

Aamupala	Kaurapuuro (M), Tuorekurkku
Lounas	Savuporokeitto (G,L), Perunarieska, Tuorekurkku
Kasvisruoka	Savutofukeitto (G,L), Perunarieska, Tuorekurkku
Välipala	Marjasekoitus (G,L,M), Vaniljakastike (L), Leipä (L)
Päivällinen	Tomaattinen jauheliha-perunalaatikko (G,M), Punajuuri
Iltapala	Rieska (L), Juusto (L), Hedelmä, Tomaatti

Keskiviikko 28.3.2018

Aamupala	Ruishiutalepuuro (kermaan) (L), Tomaatti
Lounas	Uunikala kastikkeella (G,L), Peruna, Punajuuri-omenasalaatti
Kasvisruoka	Kasvikseet kastikkeella (G,L), Peruna, Punajuuri-omenasalaatti
Välipala	Mangorahka (G,L), Ruisleipä
Päivällinen	Lihakeitto (G,L), Juusto (L), Tuorekurkku
Iltapala	Sämpylä (L), Leikkele (L), Salaatinlehti

Torstai 29.3.2018

Aamupala	4-viljanpuuro (M), Tuorekurkku, Ruusunmarjakeitto
Lounas	Broileri - parmesanleike (L), Tumma riisi (L,M, G) ,Currykastike (L,G*), Tomaatti, Mustaherukkahillo, AB-jogurtti Mango
Kasvisruoka	Kasvispihvi (L), Tumma riisi (L,M, G) ,Currykastike (L,G*), Tomaatti, Mustaherukkahillo, AB-jogurtti Mango
Välipala	Appelsiinihiisseli (G,L,M), Leipä, Leikkele (G,L,M)
Päivällinen	Kesäkeitto (G,L), Lihaleikkele
Ilta-pala	Ruispala (L), Leikkele (L), Hedelmä, Tuorekurkku

Perjantai 30.3.2018 Pitkäperjantai

Aamupala	Ruishiutalepuuro (M), Leikkele (L), Tomaatti
Lounas	Lammaspyörykkä (L), Peruna, Ruskea kastike (L), Suvisalaatti (L,G)
Kasvisruoka	Kasvispyörykkä (L), Peruna, Kastike (L), Suvisalaatti (L,G)
Välipala	Kinkkupitsapala
Päivällinen	Broilerikiusaus (G,L), Mustaherukkahillo
Ilta-pala	Sämpylä (L), Makkara (L), Maustekurkku

Lauantai 31.3.2018

Lounas	Lihakastike (G,L), Peruna (G,L) Mustaherukkahillo, Tomaatti
Kasvisruoka	Kasvishöystö (G,L), Peruna (G,L), Mustaherukkahillo, Tomaatti
Välipala	Kuningatarkiisseli (G,L), Ruisleipä
Päivällinen	Nakkikeitto (G,M), Juusto (L), Herkkukurkku
Ilta-pala	Kauraleipä (L), Leikkele (L), Tuorekurkku

Sunnuntai 1.4.2018 Päsiäpäivä

Lounas	Kalapihvi (L), Perunasose (G,L), Kylmäkastike, Kurkkuraastesalaatti
Kasvisruoka	Kasvispihvi (G,L), Perunasose (G,L), Kylmäkastike, Kurkkuraastesalaatti
Välipala	Ruisleipä (L), Leikkele (L), Juurespala
Päivällinen	Kesäkurpitsamoussaka (G,L), Lehtisalaatti
Ilta-pala	Sämpylä (L), Juusto (L), Paprika, Hedelmä

Maanantai 2.4.2018 2. Pääsiäispäivä

Aamupala	Viilis/Viili/Jogurtti (L), Ruisleipä (L), Makkara (L)
Lounas	Palapaisti (G,L), Peruna (L,G), Porkkanaviipale, Suvisalaatti (G,L)
Kasvisruoka	Lumoava Kasvispata (G,L), Peruna (L,G), Porkkanaviipale, Suvisalaatti (G,L)
Välipala	Leipä (L), Makkara (L), Paprika
Päivällinen	Koskenlaskijan lohipata (G,L), Paprika
Illtapala	Sämpylä (L), Makkara (L), Paprika

Tiistai 3.4.2018

Aamupala	Murot (L), Maito, Leikkele, Lehtisalaatti
Lounas	Ohrapuuro (L) lähiruoka, Mehukeitto, Leikkele, Ruispala, Tuorepala
Kasvisruoka	Ohrapuuro (L) lähiruoka, Mehukeitto, Juusto, Ruispala, Tuorepala
Välipala	Hedelmäohko (Omena), Ruisleipä (L), Makkara (L)
Päivällinen	Lihalaatikko (G,L), Paprika
Illtapala	Rieska (L), Juusto (L), Hedelmä, Tomaatti

Keskiviikko 4.4.2018

Aamupala	Vehnähiutalepuuro (M), Kananmuna, Herkkukurkku
Lounas	Kinkkukiusaus (G,L), Kreikkalainen salaatti (G,L)
Kasvisruoka	Juustoinen peruna-bataattivuoka (G,L), Kreikkalainen salaatti (G,L)
Välipala	Ruisleipä (L), Lehtisalaatti, Viilis (L)
Päivällinen	Riistakeitto (G,M), Tuorekurkku
Illtapala	Sämpylä (L), Leikkele (L), Salaatinlehti

Torstai 5.4.2018

Aamupala	4-viljan puuro, Makkara, Tomaatti
Lounas	Kalapyörykkä (L,G), Perunasose (G,L), Kermaviilikastike (G,L), Mehukas melonisalaatti (M,G)
Kasvisruoka	Kasvispyörykkä (G,M), Perunasose (G,L), Kermaviilikastike (G,L), Mehukas melonisalaatti (M,G)
Välipala	Maissikiisseli (G,L), Hillo, Tuorekurkku
Päivällinen	Metsästäjän pata (G,M), Herkkukurkku
Illtapala	Ruispala (L), Leikkele (L), Hedelmä, Tuorekurkku

Perjantai 6.4.2018

Aamupala	Ruishiutalepuuro (M), Juusto (L), Paprika
Lounas	Aurinkoinen Broilerikeitto (G,M), Ruissämpylä (L), Kurkkupölkky, Punaherukkakiisseli(G,M)
Kasvisruoka	Aurinkoinen Mifukeitto (G,M), Ruissämpylä (L), Kurkkupölkky, Punaherukkakiisseli (G,M)
Välipala	Hedelmäpala (mandariini), Ruisleipä (L), Juusto (L)
Päivällinen	Lohilaatikko (G,L), Punajuuri
Iltapala	Sämpylä (L), Makkara (L), Maustekurkku

Lauantai 7.4.2018

Lounas	Makkara-keitto (G,M), tuorekurkku, Karjalanpiirakka (L)
Kasvisruoka	Kasvis-osekeitto (G,M), Tuorekurkku
Välipala	Hedelmä, Ruisleipä (L), Juusto (L)
Päivällinen	Jauheliha-perunasoselaatikko (G,L), Paprika
Iltapala	Kauraleipä (L), Leikkele (L), Tuorekurkku

Sunnuntai 8.4.2018

Lounas	Karjalanpaisti (G,M), Peruna, Puutarhurinsalaatti
Kasvisruoka	Juuresmuhennos (G,M), Peruna, Puutarhurinsalaatti
Välipala	Mansikkakeitto (G,L,M), Leipä (L), Leikkele (L)
Päivällinen	Kahden Kalan keitto (G,L), Tuorekurkku
Iltapala	Leipä (L), Juusto (L), Paprika, Hedelmä