

Maanantai 4.8.2025 VIIKKO 1

Aamupala	Jogurtti, Kaurapala (L), Leikkele (L)
Lounas	Lihakeitto (G, L), Hapankorppu, Juustonappi (L), Salaattipöytä
Kasvisruoka	Mifukeitto (G, L), Hapankorppu, Juustonappi (L), Salaattipöytä
Päivällinen	Kalalaatikko (G, L), Punajuuri
Iltapala	Sämpylä (L), Makkara (L), Tuorekurkku

Tiistai 5.8.2025

Aamupala	Murot, Maito, Leipä (L), Makkara, Tomaatti
Lounas	Ohrapuuro (L), Mansikkakeitto (G, L), Leikkele, Ruispala, Salaattipöytä
Kasvislounas	Ohrapuuro (L), Mansikkakeitto (G, L), Juusto(L), Ruispala, Salaattipöytä
Päivällinen	Riistakeitto (G, M), Tomaatti
Iltapala	Rieska (L), Juusto (L), Hedelmä

Keskiviikko 6.8.2025

Aamupala	Vehnähiutalepuuro (L), Makkara (L), Paprika, Leipä
Lounas	Kinkkukiusaus (G, L), Salaattipöytä
Kasvisruoka	Kasviskiusaus (G, L), Salaattipöytä
Päivällinen	Possupata (G, L), Tuorekurkku
Iltapala	Mausteleipä (L), Leikkele (L), Salaatinlehti

Torstai 7.8.2025

Aamupala	4-viljanhiutalepuuro (M), Juusto (L), Salaatinlehti, Leipä
Lounas	Jokapojan minikala (G, L, K), Perunasose (L), Kermaviilikastike (G, L), Punajuuri
Kasvisruoka	Maissipihvi (G, L, M, K), Perunasose (L), Kermaviilikastike (G, L), Salaattipöytä
Päivällinen	Lempeä kanakeitto (G, L), Tuorepala
Iltapala	Ruispala (L), Leikkele (L), Paprika

Perjantai 8.8.2025

Aamupala	Kaurapuuro (M), Leikkele (L), Porkkanapala, Leipä
Lounas	Jauheliha - makaronilaatikko (L), Salaattipöytä
Kasvisruoka	Mifu- makaronilaatikko (L), Salaattipöytä
Päivällinen	Riisipuuro (G, L), Mehukeitto (G, L, M), Tuorekurkku, Leikkele
Iltapala	Sämpylä (L), Makkara (L), Maustekurkku

Lauantai 9.8.2025

Aamupala	Siepparin kaurapuuro (M), Leikkele, Omenalohko, Tuoremehu
Lounas	Pieni häränlihapihvi (G M, L), Perunat, Ruskea kastike (L, G*), Kurkku
Kasvisruoka	Kasvispihvi (L, G), Perunat, Kastike (L), Kurkku
Päivällinen	Jauhelihakiusaus (G, L), Punajuuri
Iltapala	Ruispala, Juusto (L), Hedelmä

Sunnuntai 10.8.2025

Aamupala	Riisihiutalevelli (L), Makkara, Melonipalat, Tuoremehu
Lounas	Kapteenin kalakuvio (L, M, K), Perunasose (G, L), Paahdettu punajuuri, Kurkkuraastesalaatti (G, L, M)
Kasvisruoka	Kasvispyörykkä (G, M), Perunasose (G, L), Paahdettu punajuuri, Kurkkuraastesalaatti (G, L, M)
Päivällinen	Siskonmakkarakeitto (G, L), Tomaatti
Iltapala	Sämpylä, Juusto (L), Hedelmä

Maanantai	11.8.2025	VIIKKO 2
Aamupala	Marja-jogurtti (L), Ruisleipä, Juusto (L)	
Lounas	Broilerikastike (G*, L), Tumma riisi, Mustaherukkahillo, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Linssi-kasvishöystö (G, L, M), Tumma riisi, Mustaherukkahillo, Salaattipöytä	
Päivällinen	Pinaattinen kalastajankeitto (G, L), Paprikarengas	
Iltaapala	Sämpylä, Makkara (L), Tuorekurkku	
Tiistai	12.8.2025	
Aamupala	Ohrahiutalepuuro (M), Leipä, Makkara, Tuorekurkku	
Lounas	Jauhelihakiusaus (G, L), Salaattipöytä, Juustoraaste (L)	
Kasvisruoka	Mifujauhiskiusaus (G, L), Salaattipöytä, Juustoraaste (L)	
Päivällinen	Makkarakeitto (G, M), Tuorekurkku	
Iltaapala	Rieska (L), Juusto (L), Hedelmä	
Keskiviikko	13.8.2025	
Aamupala	Vehnähiutalepuuro (M), Ruisleipä, Kananmuna, Paprikapala	
Lounas	Tortilla (L), Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Kasvis-tortilla (L), Salaattipöytä	
Päivällinen	Kahden kalankeitto (G, L), Kurkku	
Iltaapala	Mausteleipä, Leikkele, Paprika	
Torstai	14.8.2025	
Aamupala	4-viljanvelli (L), Tomaatti, Juusto (L), Kaurapala	
Lounas	Sitruunainen kalaleike (M, K), Kermaviilikastike (L), Perunasose (L), Punajuuri, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Bataatti-juurespihvi (G, L, M), Kermaviilikastike (L), Perunasose(L), Punajuuri, Salaattipöytä	
Päivällinen	Tomaattinen jauheliha-perunalaatikko (G, M), Paprikarengas	
Iltaapala	Ruispala (L), Leikkele (L), Hedelmä	

Perjantai 15.8.2025

Aamupala	Ruishiutalepuuro (M), Makkara (L), Omenasose, Leipä
Lounas	Savunautakeitto (G, L), Leipä, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Savutofukeitto (G, L), Leipä, Salaattipöytä
Päivällinen	Täysjyvä mannapuuro (L), Leikkele, Trooppinen hedelmäkeitto (G, L)
Iltapala	Sämpylä (L), Makkara (L), Maustekurkku

Lauantai 16.8.2025

Aamupala	Siepparin kaurapuuro (M), Leikkele, Omenalohko, Tuoremehu
Lounas	Jauhelihapuikko (L, M, K), Ruskea kastike (G*, L), Peruna, Coleslaw salaatti
Kasvisruoka	Vegepuikko (M, L, K), Kasviskastike (G*, L), Peruna, Coleslaw salaatti
Päivällinen	Kaalipata (G, L), Tomaatti
Iltapala	Riisipirakka (L), Juusto (L)

Sunnuntai 17.8.2025

Aamupala	Riisihiutalevelli (L), Makkara, Melonipalat, Tuoremehu
Lounas	Lohimurekepihvi (L, K), Perunasose (L), Parsakaali, Punajuurisalaatti (G, L)
Kasvisruoka	Kasvishampurilaispihvi (G, M), Perunasose (L), Parsakaali, Punajuurisalaatti
Päivällinen	Sianlihakeitto (G, M), Tuorekurkku
Iltapala	Sämpylä (L), Juusto (L), Lehtisalaatti, Hedelmä

Maanantai 18.8.2025 VIIKKO 3

Aamupala	Jogurtti (L), Kaurapala, Leikkele, Pikkutomaatti
Lounas	Nakkikastike (G*, L), Peruna, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Soijanakkikastike (G*, M), Peruna, Salaattipöytä
Päivällinen	Kalakeitto (G, L), Herkkukurkku
Iltapala	Sämpylä, Makkara (L), Tuorekurkku

Tiistai 19.8.2025

Aamupala	Ohrahiutalepuuro (M), Leipä, Juusto (L), Tomaatti
Lounas/ Kasvisruoka	Pinaattikeitto (G, L), Riisipiirakka (L), Kananmuna, Salaattipöytä,
Päivällinen	Lihapata (G, L), Kurkku
Iltapala	Rieska (L), Makkara (L), Hedelmä

Keskiviikko 20.8.2025

Aamupala	Vehnähiutalepuuro (M), Makkara (L), Paprika, Leipä
Lounas	Broileri - cappellipaistos (L), Salaattipöytä, Mustaherukkahillo
Kasvisruoka	Tofu - cappellipaistos (L), Salaattipöytä, Mustaherukkahillo
Päivällinen	Ohrapuuro (L), Leikkele, Lehtisalaatti, Mustaherukkakiisseli (G, L)
Iltapala	Mausteleipä (L), Leikkele (L), Salaatinlehti

Torstai 21.8.2025

Aamupala	4-viljanpuuro (M), Juusto (L), Salaatinlehti, Leipä
Lounas	Lihapyörykkä (G, L, M, K), Kermakastike (G*, L), Peruna, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Kasvispyörykät (G, M) Kastike (G*, L), Peruna, Salaattipöytä
Päivällinen	Kermainen kanakeitto (G, L), Tomaatti
Iltapala	Mehukeitto (L, M, G), Sulatejuusto (L), Ruisleipä (L)

Perjantai 22.8.2025

Aamupala	Kaurapuuro (M), Leikkele (L), Tomaatti, Leipä
Lounas	Lohikiusaus (G, L), Punajuuri, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Tomaattinen kiusaus (G, L), Punajuuri, Salaattipöytä
Päivällinen	Nakkipata (G, L), Tuorekurkku
Iltaapala	Sämpylä (L), Makkara (L), Maustekurkku

Lauantai 23.8.2025

Aamupala	Siepparin kaurapuuro (M), Leikkele, Omenalohko, Tuoremehu
Lounas	Lihamureke (G, L), Ruskeakastike (G*, L), Peruna, Tuorekurkku
Kasvisruoka	Kasvispyörykkä (G, M), Kastike (G*, L), Peruna, Tuorekurkku
Päivällinen	Broilerikeitto (G, M), Paprika
Iltaapala	Kuituleipä (L), Juusto (L), Tuorekurkku

Sunnuntai 24.8.2025

Aamupala	Riisihiutalevelli (L), Makkara, Melonipalat, Tuoremehu
Lounas	Maksapihvi (G, L, M), Kastike (G*, L), Perunasose (L), Tomaatti, Puolukkahillo
Kasvisruoka	Kasvispihvi (L), Kasvis kastike (G*, L) Perunasose (L), Tomaatti, Puolukkahillo
Päivällinen	Koskenlaskijan lohipata (G, L), Punajuuri
Iltaapala	Sämpylä (L), Juusto (L), Hedelmä

Maanantai	25.8.2025	VIIKKO 4
Aamupala	Marja-jogurtti (L), Ruisleipä, Juusto	
Lounas	Lihakastike (G*, L), Peruna, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Lumoava kasvispata (G, M), Peruna, Salaattipöytä	
Päivällinen	Lohikiusaus (G, L), Punajuuri	
Iltapala	Sämpylä (L), Juusto (L), Hedelmä	
Tiistai	26.8.2025	
Aamupala	Ohrahiutalepuuro (M), Leipä, Leikkele, Tuorekurkku	
Lounas	Hernekeitto (G, L) Juusto (L), Salaattipöytä, Pannukakku (L), ja Hillo	
Kasvisruoka	Kasvis-henekeitto (G, L), Juusto (L), Salaattipöytä, Pannukakku (L), ja Hillo	
Päivällinen	Merimiespihvi (G, L), Punajuuri	
Iltapala	Leipä, Makkara, Hedelmä, Tomaatti	
Keskiviikko	27.8.2025	
Aamupala	Vehnähiutalepuuro (M), Ruisleipä (L), Kananmuna, Paprikapala	
Lounas	Broiskiskiusaus (G, L), Mustaherukkahillo, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Kasvis-soijakiusaus (G, L), Mustaherukkahillo, Salaattipöytä	
Päivällinen	Pinaattinen nakki-perunasosevuoka (G, L), Paprika	
Iltapala	Mausteleipä (L), Leikkele (L), Salaatinlehti	
Torstai	28.8.2025	
Aamupala	4-viljanvelli (L), Tomaatti, Juusto (L), Kaurapala	
Lounas	Uunimakkara (G, M), Perunasose (L, G), Salaattipöytä, Kurkkusalaatti	
Kasvisruoka	Kasvisnakki (G, M), Perunasose (L, G), Salaattipöytä, Kurkkusalaatti	
Päivällinen	Kesäkurpitsamoussakka (G, L), Tomaatti	
Iltapala	Ruispala (L), Leikkele (L), Hedelmä	

Perjantai 29.8.2025

Aamupala	Ruishiutalepuuro (M), Makkara (L), Päärynäsose, Leipä
Lounas/kasvis	Kasvis-makaronilaatikko (L), Salaattipöytä
Päivällinen	Riisipuuro (G, L), Lehtisalaatti, Lihaleikkele, Mustaherukka-mansikkakeitto (G, M)
Iltapala	Sämpylä (L), Makkara (L), Maustekurkku

Lauantai 30.8.2025

Aamupala	Siepparin kaurapuuro (M), Juusto (L), Omenalohko, Tuoremehu
Lounas	Naudanlihahöystö (G, L), Peruna, Herkkukurkku
Kasvisruoka	Kasvishöystö (G, L), Peruna, Herkkukurkku
Päivällinen	Broileripata (G, M), Mustaherukkahillo, Tuorekurkku
Iltapala	Kuituleipä (L), Makkara (L), Tuorekurkku

Sunnuntai 31.8.2025

Aamupala	Riisihiutalevelli (L), Makkara, Melonipalat, Tuoremehu
Lounas	Haukipyörykkä (G, L), Perunasose (G, L), Sitruunainen kalakastike (G, L), Maalaispunajuurisalaatti (G, L)
Kasvisruoka	Kasvispyörykkä (G, M), Perunasose (G, L), Kastike (G, L), Maalaispunajuurisalaatti (G, L)
Päivällinen	Kaalipata (G, L, M), Puolukka
Iltapala	Sämpylä (L), Juusto (L), Lehtisalaatti, Hedelmä

Maanantai	1.9.2025	VIIKKO 5
Aamupala	Jogurtti (L), Kaurapala (L), Leikkele	
Lounas	Jauhelihakastike (G*, M), Pasta, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Soijarouhekastike (G*, M), Pasta, Salaattipöytä	
Päivällinen	Pinaattikeitto (G, L), Kananmuna, Riisipiirakka (L)	
Iltapala	Sämpylä (L), Makkara (L), Tuorekurkku	

Tiistai	2.9.2025	
Aamupala	Ohrahiutalepuuro (M), Leipä, Juusto (L), Tomaatti	
Lounas	Seikeitto (G, L), Makkara (L), Salaattipöytä, Ruisvuokaleipä	
Kasvisruoka	Kesäkeitto (G, L), Juusto (L), Salaattipöytä, Ruisvuokaeipä	
Päivällinen	Lihalaatikko (G, L), Paprikarengas	
Iltapala	Rieska, Juusto (L), Hedelmä	

Keskiviikko	3.9.2025	
Aamupala	Vehnähiutalepuuro (M), Makkara (L), Paprika, Leipä	
Lounas	Pastavuoka Carponara (L), Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Nyhtökaura Carponara (L), Salaattipöytä	
Päivällinen	Kirkas kalakeitto (G, M), Tomaatti	
Iltapala	Sämpylä (L), Leikkele (L), Lehtisalaatti	

Torstai	4.9.2025	
Aamupala	4-viljanpuuro (M), Juusto (L), Salaatinlehti, Leipä	
Lounas	Maksapihvi (G, L, M), Peruna, Ruskeakastike (G*), Puolukkahillo, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Kasvis-papukroketti (G, L, M, K), Peruna, Kasviskastike (G*, L), Puolukkahillo, Salaattipöytä	
Päivällinen	Täysjyvä mannapuuro (L), Omena-kanelikiisseli (G, L), Leikkele, Herkkukurkku	
Iltapala	Ruispala (L), Leikkele (L), Hedelmä, Tuorekurkku	

Perjantai 5.9.2025

Aamupala	Kaurapuuro (M), Leikkele (L), Porkkanapala, Leipä
Lounas	Aurinkoinen broilerikeitto (G, L), Sekaleipä, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Aurinkoinen Mifukeitto (G, L), Sekaleipä, Salaattipöytä
Päivällinen	Lohilaatikko (G, L), Kurkku
Iltaapala	Sämpylä (L), Makkara (L), Tomaatti

Lauantai 6.9.2025

Aamupala	Siepparin kaurapuuro (M), Leikkele, Omenalohko, Tuoremehu
Lounas	Jauheliha-kaalipihvi (M, L), Kermakastike (G*, L), Peruna, Puolukkahillo, Tomaattiviipale
Kasvisruoka	Kasvispihvi (G, L) Kasviskastike (G, L), Peruna, Puolukkahillo, Tomaattiviipale
Päivällinen	Kermainen kanakeitto (G, L), Paprika
Iltaapala	Kuituleipä (L), Juusto (L), Tuorekurkku

Sunnuntai 7.9.2025

Aamupala	Riisihiutalevelli (L), Makkara, Melonipalat, Tuoremehu
Lounas	Smetanalihapata (G, L), Perunasose (L), Suvisalaatti
Kasvisruoka	Smetanakasvispata (G, L) Perunasose (L), Suvisalaatti
Välipala	Vadelmakeitto (G, L), Leipä (L), Leikkele (L)
Päivällinen	Jauheliha-tomaattipata (G, M), Tuorekurkku
Iltaapala	Leipä (L), Juusto (L), Tomaatti, Hedelmä