

**Maanantai****22.7.2024****VIIKKO 1**

Aamupala	Jogurtti, Kaurapala (L), Leikkele (L)
Lounas	Broileri-ananaskastike (G, L), Tumma riisi, Mustaherukkahillo, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Linssi-kasvishöystö (G, M), Tumma riisi, Mustaherukkahillo, Salaattipöytä
Välipala	Leipä, Leikkele, Hedelmä (viinirypäle)
Päivällinen	Pinaattinen kalastajankeitto (G, L), Paprika
Illtapala	Sämpylä (L), Makkara (L), Tuorekurkku

---

**Tiistai****23.7.2024**

Aamupala	Murot, Maito, Leipä (L), Makkara, Tomaatti
Lounas	Ohrapuuro (L), Mustikkakeitto (G, L), Leikkele, Ruispala, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Ohrapuuro (L), Mustikkakeitto (G, L), Juusto (L), Ruispala, Salaattipöytä
Välipala	Meren pitsa (L)
Päivällinen	Riistakiusaus (G, L), Puolukkahillo, Tomaatti
Illtapala	Rieska (L), Juusto (L), Hedelmä

---

**Keskiviikko****24.7.2024**

Aamupala	Vehnähiutalepuuro (L), Makkara (L), Paprika, Leipä
Lounas	Jauheliha-makaronilaatikko (L), Salaattipöytä
Kasvisruoka	Mifu- makaronilaatikko (L), Salaattipöytä
Välipala	Puolukkarahka (G, L), Leipä, Tomaatti
Päivällinen	Possupata (G, L), Tuorekurkku
Illtapala	Mausteleipä (L), Leikkele (L), Salaatinlehti

---

**Torstai****25.7.2024**

Aamupala	4-viljanhiutalepuuro (M), Juusto (L), Salaatinlehti, Leipä
Lounas	Kalastajan pyörykkä (G, M, K), Perunasose (L), Kermaviilikastike (L), Punajuuri, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Kasvisjauhis pyörykkä (G, L, M, K), Peruna, Kermaviilikastike (L), Punajuuri, Salaattipöytä
Välipala	Suklaakiisseli (G, L), Leipä, Kurkku
Päivällinen	Lempeä kanakeitto (G, L), Tuorepala
Illtapala	Ruispala (L), Leikkele (L), Paprika

<b>Perjantai</b>	<b>26.7.2024</b>
Aamupala	Kaurapuuro (M), Leikkele (L), Porkkanapala, Leipä
Lounas	Kinkkukiusaus (G, L), Salaattipöytä
Kasvisruoka	Kasviskiusaus (G, L), Salaattipöytä
Välipala	Dippivihannekset (porkkana, kurkku, paprika) ja dippi (L), Leipä
Päivällinen	Lohikeitto (G, L), Rieska, Paprika
Iltapala	Sämpylä (L), Makkara (L), Maustekurkku

---

<b>Lauantai</b>	<b>27.7.2024</b>
Aamupala	Siepparin kaurapuuro (M), Leikkele, Omenalohko, Tuoremehu
Lounas	Pieni häränlihapihvi (G, M,L), Peruna, Ruskeakastike (L), Kurkku
Kasvisruoka	Kasvispihvi (L, G), Perunat, Kastike (L), Kurkku
Välipala	Mustikkamehukeitto (G, L), Ruisleipä
Päivällinen	Jauhelihakiusaus (G, L), Punajuuri
Iltapala	Ruispala, Juusto (L), Hedelmä

---

<b>Sunnuntai</b>	<b>28.7.2024</b>
Aamupala	Riisihiutalevelli (L), Makkara, Appelsiinipala, Tuoremehu
Lounas	Saaristonkalapyörykkä (G, L, M, K), Perunasose (G, L), Paahdettu punajuuri, Kurkkuraastesalaatti
Kasvisruoka	Kasvispyörykkä (G, M), Perunasose (G, L), Paahdettu punajuuri, Kurkkuraastesalaatti
Välipala	Riisipiirakka (L), Leikkele (L)
Päivällinen	Siskonmakkara-keitto (G, L), Tomaatti
Iltapala	Sämpylä, Juusto (L), Hedelmä

<b>Maanantai</b>	<b>29.7.2024</b>	<b>VIIKKO 2</b>
Aamupala	Marja-jogurtti (L), Ruisleipä, Juusto (L)	
Lounas	Nakkikeitto (G, M), Hapankorppu, Sulatejuusto (L), Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Soijanakkikeitto (G, M), Hapankorppu, Sulatejuusto(L), Salaattipöytä	
Välipala	Leipä, Leikkele, Paprika	
Päivällinen	Kalalaatikko (G, L), Punajuuri	
Illtapala	Sämpylä, Makkara (L), Tuorekurkku	

---

<b>Tiistai</b>	<b>30.7.2024</b>
Aamupala	Ohrahiutalepuuro (M), Leipä, Makkara, Tuorekurkku
Lounas	Broiskislaatikko (G, L), Mustaherukkahillo, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Kasvis-soijalaatikko (G, L), Mustaherukkahillo, Salaattipöytä
Välipala	Marjapuuro (L), Leipä
Päivällinen	Kahden kalankeitto (G, L), Kurkku
Illtapala	Rieska (L), Juusto (L), Hedelmä

---

<b>Keskiviikko</b>	<b>31.7.2024</b>
Aamupala	Vehnähiutalepuuro (M), Ruisleipä, Kananmuna, Paprikapala
Lounas/Kasvisruoka	Pyttis (L,M,K), Kurkkusalaatti, Salaattipöytä
Välipala	Lihapiirakka (M), Hedelmä (satsuma)
Päivällinen	Kaalipata (G, L), Tomaatti
Illtapala	Mausteleipä, Leikkele, Paprika

---

<b>Torstai</b>	<b>1.8.2024</b>
Aamupala	4-viljanvelli (L), Tomaatti, Juusto (L), Kaurapala
Lounas	Lihakeitto (G, L), Sämpylä, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Mifukeitto (G, L), Sämpylä, Salaattipöytä
Välipala	Näkkäri, Makkara, Hedelmäpala (vesimelonipala)
Päivällinen	Tomaattinen jauheliha-perunalaatikko (G, M), Paprikarengas
Illtapala	Ruispala (L), Leikkele (L), Hedelmä

---

<b>Perjantai</b>	<b>2.8.2024</b>
Aamupala	Ruishiutalepuuro (M), Makkara (L), Omenasose, Leipä
Lounas	Sitruunainen kalaleike (M, K), Kermaviilikastike (L), Perunasose (L), Punajuuri, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Bataatti-juurespihvi (G, L, M), Kermaviilikastike (L), Perunasose(L), Punajuuri, Salaattipöytä
Välipala	Mansikka-vanilja jogurtti (L), Leipä, Leikkele
Päivällinen	Täysjyvä mannapuuro (L), Leikkele, Trooppinenkiisseli (G, L)
Iltapala	Sämpylä (L), Makkara (L), Maustekurkku

---

<b>Lauantai</b>	<b>3.8.2024</b>
Aamupala	Siepparin kaurapuuro (M), Leikkele, Omenalohko, Tuoremehu
Lounas	Riistakiusaus (G, L), Puolukkahillo, Paprika
Kasvisruoka	Mifujauhiskiusaus (G, L), Puolukkahillo, Paprika
Välipala	Jogurtti (L), Leipä (L)
Päivällinen	Jauheliha-tomaattipata (G, M), Tuorekurkku
Iltapala	Riisipiirakka (L), Juusto (L)

---

<b>Sunnuntai</b>	<b>4.8.2024</b>
Aamupala	Riisihutalevelli (L), Makkara, Appelsiinipala, Tuoremehu
Lounas	Lohimurekepihvi (L, K), Perunasose (L), Parsakaali, Punajuurisalaatti (G, L)
Kasvisruoka	Kasvishampurilaispihvi (G, M), Perunasose (L), Parsakaali, Punajuurisalaatti
Välipala	Ruusunmarjakeitto (G, M), Leipä
Päivällinen	Makkarakeitto (G, M), Tomaatti
Iltapala	Sämpylä (L), Juusto (L), Lehtisalaatti, Hedelmä