

Maanantai 25.12.2023 Joulupäivä VIIKKO 1

Aamupala	Jogurtti, Kaurapala (L), Leikkele (L)
Lounas	Karjalanpaisti (G, M), Perunasose (L), Porkkanalaatikko (G, M), Salaatti
Kasvisruoka	Vegaaninen karjalanpaisti (L, M, K), Perunasose (L), Porkkanalaatikko (G, M), Salaatti
Välipala	Leipä, Leikkele, Hedelmä (viinirypäle)
Päivällinen	Savunautakeitto (G, L) Paprika
Iltapala	Sämpylä (L), Makkara (L), Tuorekurkku

Tiistai 26.12.2023 Tapaninpäivä

Aamupala	Murot, Maito, Leipä (L), Makkara, Tomaatti
Lounas	Kalkkunafile (G, L), Riisi, Kastike (L), Punajuurivuoka (G, L), Aurinkosalaatti
Kasvisruoka	Kasvispihvi (G, L), Riisi, Kastike (L), Punajuurivuoka (G, L), Aurinkosalaatti
Välipala	Leipä, Juusto (L), Paprika
Päivällinen	Riistakiusaus (G, L), Puolukkahillo, Tomaatti
Iltapala	Rieska (L), Juusto (L), Hedelmä

Keskiviikko 27.12.2023

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
Iltapala	Mausteileipä (L), Leikkele (L), Salaatinlehti

Torstai 28.12.2023

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

Perjantai 29.12.2023

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	Riisipuuro (G, L), Mehukeitto (G, L), Leikkele
Iltapala	Sämpylä (L), Makkara (L), Maustekurkku

Lauantai 30.12.2023

Aamupala	Siepparin kaurapuuro (M), Leikkele, Omenalohko, Tuoremehu
Lounas	Pieni häränlihapihvi (G M, L), Perunat, Ruskeakastike (L, G), Kurkku
Kasvisruoka	Kasvispihvi (L, G), Perunat, Kastike (L), Kurkku
Välipala	Mustikkamehukeitto (G, L), Ruisleipä
Päivällinen	Jauhelihakiusaus (G, L), Punajuuri
Iltapala	Ruispala, Makkara, Hedelmä

Sunnuntai 31.12.2023 Uuden Vuoden Aatto

Aamupala	Riisihiutalevelli (L), Makkara, Appelsiinilohko, Tuoremehu
Lounas	Nakit (G, L), Perunasose (L), Punajuurisalaatti
Kasvisruoka	KasvisNakit (G, L, M), Perunasose (L), Punajuurisalaatti
Välipala	Karjalanpiirakka (L), Leikkele (L)
Päivällinen	Siskonmakkarakkeitto (G, L), Tomaatti
Iltapala	Sämpylä, Juusto (L), Hedelmä

Maanantai 1.1.2024 Uusi Vuosi 2024 VIIKKO 2

Aamupala	Marja-jogurtti (L), Ruisleipä, Juusto (L)
Lounas	Uunibroilerikastike (G, L), Riisi, Aurinkosalaatti
Kasvisruoka	Uunikasvikset kastikkeessa (G, L), Riisi, Aurinkosalaatti
Välipala	Leipä, Leikkele, Paprika
Päivällinen	Lohikeitto (G, L), Kurkku
Illtapala	Sämpylä, Makkara (L), Tuorekurkku

Tiistai 2.1.2024

Aamupala	Ohrahiutalepuuro (M), Leipä, Makkara, Tuorekurkku
Lounas	Lihakeitto (G, L), Juusto(L), Sämpylä, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Mifukeitto (G, L), Juusto (L), Sämpylä, Salaattipöytä
Välipala	Marjapuuro (L), Leipä
Päivällinen	Kalalaatikko (G, L), Punajuuri
Illtapala	Rieska (L), Juusto (L), Hedelmä

Keskiviikko 3.1.2024

Aamupala	Vehnähiutalepuuro (M), Ruisleipä, Kananmuna, Paprikapala
Lounas/Kasvisruoka	Kasvis-makaronilaatikko (L), Salaattipöytä
Välipala	Lihapiirakka (M), Hedelmä (satsuma)
Päivällinen	Kermainen kanakeitto (G, L), Tomaatti
Illtapala	Mausteleipä, Leikkele, Paprika

Torstai 4.1.2024

Aamupala	4-viljanvelli (L), Tomaatti, Juusto (L), Kaurapala
Lounas	Nakkikeitto (G, M), Sekaleipäviipale, Juustonappi (L), Salaattipöytä
Kasvisruoka	Soijanakkikeitto (G, M), Sekaleipäviipale, Sulatejuusto (L), Salaattipöytä
Välipala	Näkkäri, Makkara, Hedelmäpala (vesimelonipala)
Päivällinen	Broiskis-perunaviipalelaatikko (G, L), Mustaherukkahillo
Illtapala	Ruispala (L), Leikkele (L), Hedelmä

Perjantai 5.1.2024

Aamupala	Ruishiutalepuuro (M), Makkara (L), Omenasose, Leipä
Lounas	Sitruunainen kalaleike (M), Kermaviilikastike (L), Perunasose (L), Salaattipöytä
Kasvisruoka	Bataatti-juurespihvi (G, L, M), Kermaviilikastike (L), Perunasose(L), Salaattipöytä
Välipala	Omena jogurtti (L), Leipä, Leikkele
Päivällinen	Täysjyvä mannapuuro (L), Leikkele, Tomaatti, Trooppinenkiisseli (G, L)
Iltapala	Sämpylä (L), Makkara (L), Maustekurkku

Lauantai 6.1.2024

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	Karjalanpiirakka (L), Juusto (L)

Sunnuntai 7.1.2024

Aamupala	Riisihiutalevelli (L), Makkara, Appelsiinilohko, 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

Maanantai	8.1.2024	VIKKO 3
Aamupala	Jogurtti (L), Kaurapala, Leikkele, Pikkutomaatti	
Lounas	Nakkikastike (G, L), Peruna, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Soijanakkikastike (G, L) Peruna, Salaattipöytä	
Välipala	Leipä, Sulatejuusto (L), Kurkku	
Päivällinen	Kalakeitto (G, L), Herkkukurkku	
Iltapala	Sämpylä, Makkara (L), Tuorekurkku	

Tiistai	9.1.2024	
Aamupala	Ohrahiutalepuuro (M), Leipä, Juusto (L), Tomaatti	
Lounas/ Kasvisruoka	Pinaattikeitto (G, L), Karjalanpiirakka (L), Kananmuna, Salaattipöytä	
Välipala	Leipä, Leikkele, Paprika	
Päivällinen	Lihapata (G, L), Kurkku	
Iltapala	Rieska (L), Makkara (L), Hedelmä	

Keskiviikko	10.1.2024	
Aamupala	Jogurtti (L), Makkara (L), Paprika, Leipä	
Lounas	Broileri - cappellipaistos (L), Salaattipöytä, Mustaherukkahillo	
Kasvisruoka	Tofu - cappellipaistos (L), Salaattipöytä, Mustaherukkahillo	
Välipala	Puolukka-vispis (L), Leipä, Juusto (L)	
Päivällinen	Ohrapuuro (L), Leikkele, Lehtisalaatti, Appelsiinihiisseli (G, L)	
Iltapala	Mausteleipä (L), Leikkele (L), Salaatinlehti	

Torstai	11.1.2024	
Aamupala	4-viljanpuuro (M), Juusto (L), Salaatinlehti, Leipä	
Lounas	Lihapulla (L, M, K), Kermakastike (G*, L), Peruna, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Kasvispyörykkä (G, M), Kastike (G, L), Peruna, Salaattipöytä	
Välipala	Näkkileipä, Makkara, Porkkanapölkky	
Päivällinen	Kaalipata (G, L), Tomaatti	
Iltapala	Mehukeitto (L, M, G), Sulatejuusto (L), Ruisleipä (L)	

Perjantai	12.1.2024
Aamupala	Kaurapuuro (M), Leikkele (L), Tomaatti, Leipä
Lounas	Lohikiusaus (G, L), Punajuuri, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Tomaattinen kiusaus (G, L), Punajuuri, Salaattipöytä
Välipala	Maustamaton jogurtti (L), Marjat, Leipä
Päivällinen	Nakkipata (G, L), Tuorekurkku
Iltapala	Sämpylä (L), Makkara (L), Maustekurkku

Lauantai	13.1.2024
Aamupala	Siepparin kaurapuuro (M), Leikkele, Omenalohko, Tuoremehu
Lounas	Bolognesekastike (G, M), Spagetti (L), Tuorekurkku
Kasvisruoka	Kasvis-bolognese (G, L), Spagetti (L), Tuorekurkku
Välipala	Hedelmä, Ruisleipä (L), Juusto (L)
Päivällinen	Broilerikeitto (G, M), Paprika
Iltapala	Kuituleipä (L), Juusto (L), Tuorekurkku

Sunnuntai	14.1.2024
Aamupala	Riisihiutalevelli (L), Makkara, Appelsiinilohko, Tuoremehu
Lounas	Smetanalihapata (G, L), Perunasose (L), Suvisalaatti
Kasvisruoka	Smetanakasvispata (G, L) Perunasose (L), Suvisalaatti
Välipala	Vadelma -vispis (L), Leipä, Leikkele (L)
Päivällinen	Koskenlaskijan lohipata (G, L), Kirsikkatomaatti
Iltapala	Sämpylä (L), Juusto (L), Hedelmä

Maanantai	15.1.2024	VIIKKO 4
Aamupala	Marja-jogurtti (L), Ruisleipä, Juusto	
Lounas	Jauhelihakastike (G*, M), Pasta, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Soijarouhekastike (G*, M), Pasta, Salaattipöytä	
Välipala	Leipä, Makkara, Mandariini	
Päivällinen	Pinaattinen nakki-perunasosevuoka (G, L), Paprika	
Iltapala	Sämpylä (L), Juusto (L), Hedelmä	

Tiistai	16.1.2024
Aamupala	Ohrahiutalepuuro (M), Leipä, Leikkele, Tuorekurkku
Lounas	Hernekeitto (G, L), Juusto (L), Salaattipöytä, Pannukakku (L), Ja Hillo
Kasvisruoka	Kasvishernekeitto (G, L) Juusto (L), Salaattipöytä, Pannukakku (L), ja Hillo
Välipala	Dippivihannekset (porkkana, kurkku, paprika) ja dippi (L), Leipä
Päivällinen	Merimiespihvi (G, L), Punajuuri
Iltapala	Leipä, Makkara, Hedelmä, Tomaatti

Keskiviikko	17.1.2024
Aamupala	Vehnähiutalepuuro (M), Ruisleipä (L), Kananmuna, Paprikapala
Lounas/ Kasvisruoka	Pyttis (L, M, K), Kurkkusalaatti, Salaattipöytä
Välipala	Maissikiisseli (G, L), ja Marjasose, Leipä, Juusto (L)
Päivällinen	Broileripata (G, M), Mustaherukkahillo, Tuorekurkku
Iltapala	Mausteleipä (L), Leikkele (L), Salaatinlehti

Torstai	18.1.2024
Aamupala	4-viljanvelli (L), Tomaatti, Juusto (L), Kaurapala
Lounas	Savunautakeitto (G, L), Rieska, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Savutofukeitto (G, L), Rieska, Salaattipöytä
Välipala	Mansikka smoothie (sose) (G, L), Leipä
Päivällinen	Kesäkurpitsamoussakka (G, L), Tomaatti
Iltapala	Ruispala (L), Leikkele (L), Hedelmä

Perjantai 19.1.2024

Aamupala	Ruishiutalepuuro (M), Makkara (L), Päärynäsose, Leipä
Lounas	Uunimakkara (G, M), Perunasose (L), Salaattipöytä, Kurkkusalaatti
Kasvisruoka	Kasvisnakki (G, M), Perunasose (L), Salaattipöytä, Kurkkusalaatti
Välipala	Karjalanpiirakka (L), Munavoi (L), Paprika
Päivällinen	Lohikiusaus (G, L), Punajuuri
Iltapala	Sämpylä (L), Makkara (L), Maustekurkku

Lauantai 20.1.2024

Aamupala	Siepparin kaurapuuro (M), Leikkele, Omenalohko Tuoremehu
Lounas	Naudanlihahöystö (G, L), Peruna, Herkkukurkku
Kasvisruoka	Kasvishöystö (G, L), Peruna, Herkkukurkku
Välipala	Ruisleipä, Leikkele, Tomaatti
Päivällinen	Riisipuuro (G, L), Lehtisalaatti, Lihaleikkele
Iltapala	Kuituleipä (L), Makkara (L), Tuorekurkku

Sunnuntai 21.1.2024

Aamupala	Riisishiutalevelli (L), Makkara, Appelsiinihloko, 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)
Välipala	Ruisleipä (L), Leikkele (L), Juurespala
Päivällinen	Kaalipata (G, L, M), Puolukka
Iltapala	Sämpylä (L), Juusto (L), Lehtisalaatti, Hedelmä

Maanantai	22.1.2024	VIIKKO 5
Aamupala	Jogurtti (L), Kaurapala (L), Leikkele	
Lounas	Stroganoff (M), Peruna, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Lumoava kasvispata (G,M), Peruna, Salaattipöytä	
Välipala	Leipä, Leikkele, Lehtisalaatti	
Päivällinen	Pinaattikeitto (G, L), Kananmuna, Karjalanpiirakka (L)	
Iltapala	Sämpylä (L), Makkara (L), Tuorekurkku	

Tiistai	23.1.2024
Aamupala	Ohrahiutalepuuro (M), Leipä, Juusto (L), Tomaatti
Lounas	Seikeitto (G, L), Makkara (L), Salaattipöytä, Kauraleipä
Kasvisruoka	Kesäkeitto (G, L), Juusto (L), Salaattipöytä, Kauraleipä
Välipala	Meren Kinkkupitsa (L)
Päivällinen	Tomaattinen jauheliha-perunalaatikko (G, M), Paprikarengas
Iltapala	Rieska, Juusto (L), Hedelmä

Keskiviikko	24.1.2024
Aamupala	Vehnähiutalepuuro (M), Makkara (L), Paprika, Leipä
Lounas	Pastavuoka Carponara (L), Salaattipöytä
Kasvisruoka	Nyhtökaura Carponara (L), Peruna, Salaattipöytä
Välipala	Sekamarjakeitto (G), Hapankorppu
Päivällinen	Kirkas kalakeitto (G, M), Tomaatti
Iltapala	Sämpylä (L), Leikkele (L), Lehtisalaatti

Torstai	25.1.2024
Aamupala	4-viljanpuuro (M), Juusto (L), Salaatinlehti, Leipä
Lounas	Jauhelihiakiusaus (G, L), Salaattipöytä
Kasvisruoka	Mifujauhiskiusaus (G, L), Salaattipöytä
Välipala	Pulla (L), Kaakao (L), Hapankorppu, Sulatejuusto (L)
Päivällinen	Täysjyvä mannapuuro (L), Leikkele, Herkkukurkku
Iltapala	Ruispala (L), Leikkele (L), Hedelmä, Tuorekurkku

Perjantai 26.1.2024

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

Lauantai 27.1.2024

Aamupala	Siepparin kaurapuuro (M), Leikkele, Omenalohko Tuoremehu
Lounas	Jauhelihapuikko (G, L, M, K), Ruskeakastike (G, L), Peruna, Coleslaw salaatti (G, L, M)
Kasvisruoka	Kasvispihvi, (G, L) Kasviskastike (G, L), Peruna, Coleslaw salaatti (G, L, M)
Välipala	Hedelmä, Ruisleipä (L), Juusto (L)
Päivällinen	Juustoinen jauhelihalaatikko (G, L), Kurkku
Iltapala	Kuituleipä (L), Juusto (L), Tuorekurkku

Sunnuntai 28.1.2024

Aamupala	Jogurtti (L), Makkara, Appelsiinilohko, Tuoremehu
Lounas	Maksa-porkkanakastike (G, L), Perunasose (L), Paprika, Puolukkahillo
Kasvisruoka	Juuresmuhennos (G, M), Perunasose (L), Paprika
Välipala	Vadelmakeitto (G, L), Leipä (L), Leikkele (L)
Päivällinen	Sianlihakeitto (G, M), Tuorekurkku
Iltapala	Leipä (L), Juusto (L), Tomaatti, Hedelmä