

Maanantai**10.1.2022****VIIKKO 1**

Henkilökunta keittolounas	Pinaattinen kalastajankeitto (G, L), Salaattipöytä, Kahvi 😊
Henkilökunta lounas	Riistakäristys (M, G), Perunasose (L), Lämminkasvis, Puolukkahillo, Päivän pulla (L), Salaattipöytä, Kahvi 😊
Henkilökunta kasvislounas	Härkiskäristys (M, G), Perunasose (L), Lämminkasvis, Puolukkahillo, Päivän pulla (L), Salaattipöytä, Kahvi 😊

Tiistai**11.1.2022**

Henkilökunta keittolounas	Aurinkoinen Broilerikeitto (G, L), Salaattipöytä, Kahvi 😊
Henkilökunta lounas	Nakkikastike (M), Peruna, 4-lajin vihannessekoitus, Salaattipöytä, Tuore hedelmäsalaatti ja vaniljakastike (L), Kahvi
Henkilökunta kasvislounas	Soijanakkikastike (M), Peruna, 4-lajin vihannessekoitus, Salaattipöytä, Tuore hedelmäsalaatti ja vaniljakastike (L), Kahvi

Keskiviikko**12.1.2022**

Henkilökunta keittolounas	Kasvisseikeitto (G, L), Karjalanpiirakka (L), Munavoi, Salaattipöytä, Kahvi 😊
Henkilökunnan lounas	Jauheliha-makaronilaatikko (L), Lämmin kasvis, Salaattipöytä, Puolukkarahka (G, L)
Henkilökunta kasvislounas	Mifu-makaronilaatikko (L), Lämmin kasvis, Salaattipöytä, Puolukkarahka (G, L)

Torstai**13.1.2022**

Henkilökunta keittolounas	Makkara-keitto (G, L), Juusto (L), Salaattipöytä, Kahvi
Henkilökunnan lounas	Kalastajanpyörykkä (G, M, K), Perunat, Kermaviilikastike (L), Salaattipöytä, Jäätelö (L), Kahvi 😊
Henkilökunta kasvislounas	Kasvisjauhispyörykkä (G, M, L, K), Perunat, Kermaviilikastike (L), Salaattipöytä, Jäätelö (L) Kahvi 😊

Perjantai**14.1.2022**

Henkilökunta keittolounas	Riisipuuro (G, L), Mehukeitto, Broileri-Couscous salaatti (L), Salaattipöytä, Kahvi 😊
Henkilökunnan lounas	Talonpizza (L), Salaattipöytä, Mehukeitto (G, L), Kahvi
Henkilökunta kasvislounas	Talonpizza (L), Salaattipöytä, Mehukeitto (G, L), Kahvi

Lauantai 15.1.2022

Henkilökunta lounas Pieni häränlihapihvi (G, L, M), Perunasose (L), Ruskeakastike (L),
Porkkanasuikale, Kurkku, Puolukka-karpalokiisseli (G, M)

Sunnuntai 16.1.2022

Henkilökunta lounas Stroganoff (M), Peruna, Lanttukuutio, Salaatti, Herkku mousse-mansikka (L)

Maanantai

17.12.2022

VIIKKO 2

Henkilökunta keittolounas	Kahden kalankeitto (G, L) Salaattipöytä, Kahvi 😊
Henkilökunta lounas	Bolognesekastike (M), Pasta, Salaattipöytä, Persikka-mangorahka (L), Kahvi
Henkilökunta kasvislounas	Kasvisbolognesekastike (L), Pasta, Salaattipöytä, Persikka-mangorahka (L), Kahvi

Tiistai

18.1.2022

Henkilökunta keittolounas	Täysjyvä mannapuuro (L), Päärynäkiisseli (G, L) Salaattipöytä, Kahvi 😊
Henkilökunnan lounas	Lohileike (M, K), Sitruunakastike (G, L), Perunasose (L), Parsakaali, Salaattipöytä, Päärynäkiisseli (G, L), Kahvi 😊
Henkilökunta kasvislounas	Savutofu (G, L), Sitruunakastike (G, L), Perunasose (L), Parsakaali, Salaattipöytä, Päärynäkiisseli (G, L), Kahvi 😊

Keskiviikko

19.1.2022

Henkilökunta keittolounas	Savuporokeitto (G, L), Salaattipöytä, Kahvi
Henkilökunnan lounas	Tomaattinen kiusaus (G, L), Salaattipöytä, Kahvi, Marjapuuro (L) 😊
Henkilökunta kasvislounas	Tomaattinen kiusaus (G, L), Salaattipöytä, Kahvi, Marjapuuro (L) 😊

Torstai

20.1.2022

Henkilökunta keittolounas Kahvi	Hernekeitto (G, L), Sulatejuusto (L), Salaattipöytä, Pannukakku (L) ja Hillo,
Henkilökunnan lounas	Kananpojan juustopuikula (L), Tumma riisi, Currykastike (L), Salaattipöytä, Pannukakku (L) ja Hillo, Kahvi
Henkilökunta kasvislounas	Juures-voipapuryörykkä (G, L, M), Tumma riisi, Currykastike (L), Salaattipöytä, Pannukakku (L) ja Hillo, Kahvi 😊

Perjantai

21.1.2022

Henkilökunta keittolounas	Tomaatti-vuohenjuustokeitto (G, L), Salaattipöytä, Kahvi
Henkilökunnan lounas	Sitruunainen kalaleike (L), Kermaviilikastike (L), Perunasose (L), Salaattipöytä, Hedelmät, Kahvi
Henkilökunta kasvislounas	Bataatti-Juurespihvi (G, L, M), Kermaviilikastike (L), Perunasose (L), Salaattipöytä, Hedelmät, Kahvi 😊

G = gluteeniton, M = maidoton, L = laktoositon VL = vähälaktoosinen 😊 = korkeakoulu ruokasuositusten mukainen ateria

Päivittäin tarjolla leipä 😊 maito, piimä ja kasvisrasvaveite

Muutokset mahdollisia

Lauantai 22.1.2022

Henkilökunta lounas Porsaan ulkofilee (G, M), Metsäsienikastike (G, L), Perunasose (L), Paprika, Ruusunmarjakiisseli (G, L)

Sunnuntai 23.1.2022

Henkilökunta lounas Lohimurekepihvi (L, K), Perunasose (L), Porkkanaviipale, Punajuurisalaatti (G, L), Päärynäviili (L)

Maanantai

24.1.2022

VIIKKO 3

Henkilökunta keittolounas Ohrapuuro (L), Mansikkakeitto (G, M), Suolalohi, Salaattipöytä

Henkilökunta lounas Tortilla, Salaattipöytä, Mansikkakeitto (G, M), Kahvi



Henkilökunta kasvislounas Tortilla, Salaattipöytä, Mansikkakeitto (G, M), Kahvi



Tiistai

25.1.2022

Henkilökunta keittolounas Pinaattikeitto (L), Kananmuna, Karjalanpiirakka, Salaattipöytä, Kahvi



Henkilökunta lounas Hedelmäinen lohirisotto (G, M, L), Salaattipöytä, Mandariinirahka (L), Kahvi



Henkilökunta kasvislounas Hedelmäinen kasvisrisotto (G, M, L), Salaattipöytä, Mandariinirahka (L), Kahvi



Keskiviikko

26.1.2022

Henkilökunta keittolounas Punajuuriseikeitto (G, L), Smetana (L), Kasvispasteija (L) Salaattipöytä, Kahvi

Henkilökunta lounas Broileri-cappelpaistos (L), Lämmin lisäke, Mustaherukkahillo, Salaattipöytä

Appelsiini kiisseli (G, L, M), Kahvi



Henkilökunta kasvislounas Tofu-cappelpaistos (L), Lämmin lisäke, Mustaherukkahillo, Salaattipöytä

Appelsiini kiisseli (G, L, M), Kahvi



Torstai

27.1.2022

Henkilökunta keittolounas Bataatti-kookoskeitto (G, L), Pekoni, Salaattipöytä, Kahvi

Henkilökunta lounas Lihapyörykkä (L), Ruskea kastike (M), Peruna, Lämmin lisäke, Salaattipöytä, Hedelmäsalaatti ja vaniljakastike (L), Kahvi

Henkilökunta kasvislounas Kasvispyörykkä (L), Kastike (M), Peruna, Lämmin lisäke, Salaattipöytä, Hedelmäsalaatti ja vaniljakastike (L), Kahvi



Perjantai

28.1.2022


Henkilökunta keittolounas Nakkipata (G, L), Salaattipöytä, Kahvi

Henkilökunta lounas Lohikiusaus (G, L), Punajuuri, Salaattipöytä, Ananaskiisseli (G, L), Kahvi

Henkilökunta kasvislounas Kasviskiusaus (G, L), Punajuuri, Salaattipöytä, Ananaskiisseli (G, L), Kahvi



G = gluteeniton, M = maidoton, L = laktoositon VL = vähälaktoosinen  = korkeakoulu ruokasuositusten mukainen ateria

Päivittäin tarjolla leipä  maito, piimä ja kasvisrasvalevite

Muutokset mahdollisia

Lauantai 29.1.2022

Henkilökunta lounas Kaalikääryleet (L, M), Ruskea kastike (M), Peruna, Puolukkahillo,
Porkkanaviipale, Marjapuuro (M)



Sunnuntai 30.1.2022

Henkilökunta lounas Smetanalihapata (G, L), Perunasose (L), Suvisalaatti,
Rahkavaahto hedelmä (G, L)

Maanantai


31.1.2022

VIIKKO 4

Henkilökunta keittolounas	Kesäkeitto (G, M), Leikkele, Salaattipöytä, Kahvi 
Henkilökunnan lounas	Jauhelihakastike (M), Tumma pasta, Lämmin kasvis, Mansikkarahka (L), Kahvi 
Henkilökunta kasvislounas	Soijarouhekastike (L), Tumma pasta, Lämmin kasvis, Mansikkarahka (L), Kahvi


Tiistai

1.2.2022

Henkilökunta keittolounas	Lohikeitto (G, L), Salaattipöytä, Kahvi 
Henkilökunta lounas	Ribsit, Juustoperunat (G, L), Tomaattisalsa, Lämmin kasvis, Salaattipöytä Maissikiisseli (G, L) ja hillo, Kahvi
Henkilökunta kasvislounas	Kasvispihvi Mexican (G, L), Juustoperunat (G, L), Tomaattisalsa, Lämmin kasvis, Salaattipöytä, Maissikiisseli (G, L), ja hillo Kahvi




Keskiviikko

2.2.2022

Henkilökunta keittolounas	Arkipäivänpata (G, L), Puolukka, Salaattipöytä, Kahvi 
Henkilökunta lounas	Lasagnette (L), Salaattipöytä, Ohukainen ja hillo, Kahvi
Henkilökunta kasvislounas	Kasvis-lasagnette (L), Salaattipöytä, Ohukainen ja hillo, Kahvi


Torstai

3.2.2022


Henkilökunta keittolounas	Aurinkoinen broilerikeitto (G, L), Salaattipöytä, Kahvi 
Henkilökunta lounas	Vegekepakko (L, M, K), Kermaperunat (L), Remoulade (G, L, M), Salaattipöytä, Mansikka-raparperikiisseli (G, L), Kahvi 
Henkilökunta kasvislounas	Vegekepakko (L, M, K), Kermaperunat (L), Remoulade (G, L, M), Salaattipöytä, Mansikka-raparperikiisseli (G, L), Kahvi 

Perjantai

4.2.2022

Henkilökunta keittolounas	Riisipuuro (G, L), Vadelmakiisseli (G, M), Salaattipöytä, Kahvi 
Henkilökunta lounas	Uunimakkara (G, M), Perunasose (G, L), Parsakaali, Salaattipöytä, Vadelmakiisseli (G, M), Kahvi
Henkilökunta kasvislounas	Kasvisgrilleri (G, M), Perunasose (G, L), Parsakaali, Salaattipöytä, Vadelmakiisseli (G, M), Kahvi

G = gluteeniton, M = maidoton, L = laktoositon VL = vähälaktoosinen  = korkeakoulu ruokasuositusten mukainen ateria

Päivittäin tarjolla leipä  maito, piimä ja kasvisrasvavete

Muutokset mahdollisia

Lauantai

5.2.2022

Henkilökunta lounas

Naudanlihahöystö (L), Peruna, Paahdettu punajuuri, Herkkukurkku,
Luumukiisseli

Sunnuntai

6.2.2022

Henkilökunta lounas

Silakkapihvi (M), Kalakastike (M), Perunasose (G, L), Salaatti, Puolukka-vispis
(L)

Maanantai

7.2.2022

Henkilökunta keittolounas	Lempeän tulinen broilerkeitto (G, L), Salaattipöytä, Kahvi 😊
Henkilökunta lounas	Lihakastike (M), Peruna (G, L), Lämmin kasvis, Salaattipöytä, Mustikkapiirakka (L), Kahvi 😊
Henkilökunta kasvislounas	Lumoava Kasvispata (G, L), Peruna (G, L), Lämmin kasvis, Salaattipöytä, Mustikkapiirakka (L), Kahvi 😊

Tiistai

8.2.2022

Henkilökunta keittolounas	Seikeitto (G, L), Salaattipöytä, Kahvi 😊
Henkilökunta lounas	Uunibroilerikastike (G), Riisi, Salaattipöytä, Aprikoosikiisseli (G, L), Kahvi 😊
Henkilökunta kasvislounas	Punajuuripihvi (G, L, M, K), Kastike (G, L) Riisi, Salaattipöytä, Aprikoosikiisseli (G, L), Kahvi 😊

Keskiviikko

9.2.2022

Henkilökunta keittolounas	Täysjyvä mannapuuro (L), Sekamarjakeitto (G), Grahampiiirakka, Salaattipöytä, Kahvi 😊
Henkilökunta lounas	Makkarakastike (M), Peruna, Salaattipöytä, Sekamarjakeitto (G), Kahvi
Henkilökunta kasvislounas	Kasvismakkarakastike (G, L), Peruna, Salaattipöytä, Sekamarjakeitto (G), Kahvi

Torstai

10.2.2022

Henkilökunta keittolounas	Nakkikeitto (G, L), Juusto (L), Salaattipöytä, Kahvi
Henkilökunta lounas	Kasvis-makaronilaatikko (L), Salaattipöytä, Omena-kanelikiisseli (G, L) 😊
Henkilökunta kasvislounas	Kasvis-makaronilaatikko (L), Salaattipöytä, Omena-kanelikiisseli (G, L) 😊

Perjantai

11.2.2022

Henkilökunta keittolounas	Kookoskanakeitto (L, M, G), Munariisipasteija (L), Salaattipöytä, Kahvi 😊
Henkilökunta lounas	Nyhtöpossu (G, L), Kermaperunat (G, L), Tacokastike, Salaattipöytä, Jäätelö (L), Kahvi
Henkilökunta kasvislounas	Nyhtökaura (L), Kermaperunat (G, L), Tacokastike, Salaattipöytä, Jäätelö (L), Kahvi

Lauantai 12.2.2022

Henkilökunta lounas Lihamureke (G, L), Kastike (G, L), Peruna, Salaatti, Sitruunakiisseli (G, L)

Sunnuntai 13.2.2022

Henkilökunta lounas Maksa-porkkanakastike (L), Perunasose (L), Puolukkahillo, Tomaatti, Vispis (L)

Maanantai	14.2.2022	VIIKKO 6
Henkilökunta keittolounas	Chorizokeitto (G, L), Salaattipöytä, Kahvi	
Henkilökunta lounas	Tahitilainen broilerikastike (L), Tumma riisi, Mustaherukkahillo, Salaattipöytä, Marjat ja vaniljakastike (L), Kahvi 😊	
Henkilökunta kasvislounas	Linssi-kasvishöystö (G, L, M), Tumma riisi, Mustaherukkahillo, Salaattipöytä, Marjat ja vaniljakastike (L), Kahvi 😊	

Tiistai	15.2.2022	
Henkilökunta keittolounas	Savuporokeitto (G, L), Salaattipöytä, Kahvi 😊	
Henkilökunta lounas	Porsaanleike, Metsäsienikastike (G, L), Lohkoperunat (L), Salaattipöytä, Trooppinenkiisseli (G, L), Kahvi	
Henkilökunta kasvislounas	Tofu, Lohkoperuna, Metsäsienikastike (G, L), Salaattipöytä, Trooppinenkiisseli (G, L), Kahvi 😊	

Keskiviikko	16.2.2022	
Henkilökunta keittolounas	Porkkanasosekeitto (G, L), Karjalanpiirakka (L), Sulatejuusto (L), Salaattipöytä, Kahvi 😊	
Henkilökunta lounas	Pastavuoka carponara (L), Salaattipöytä, Trooppiset hedelmät ja kinuskikastike (L), Kahvi	
Henkilökunta kasvislounas	Nyhtökaura -carponara (L), Salaattipöytä, Trooppiset hedelmät ja kinuskikastike (L), Kahvi	

Torstai	17.2.2022	
Henkilökunta keittolounas	Lempeä kanakeitto (G, L), Salaattipöytä, Kahvi 😊	
Henkilökunta lounas	Verimakkara (L, M, K), Valkokastike (L), Peruna, Puolukkahillo, Salaattipöytä, Suklaakiisseli (G, L), Kahvi	
Henkilökunta kasvislounas	Kasvis-papukroketti (G, L, M, K), Kastike (L), Peruna, Salaattipöytä, Suklaakiisseli (G, L), Kahvi 😊	

Perjantai	18.2.2022	
Henkilökunta keittolounas	Ohrapuuro (L), Puolukkakiisseli (G, L), Kanasalaatti, Salaattipöytä, Kahvi 😊	
Henkilökunta lounas	Kalakepukka (G, L, M, K), Perunasose (L), Punajuuri, Lämminkasvis, Salaattipöytä, Puolukkakiisseli (G, L), Kahvi 😊	
Henkilökunta kasvislounas	Hernepihvi (G, L, M), Perunasose (L), Punajuuri, Lämminkasvis, Salaattipöytä, Puolukkakiisseli (G, L), Kahvi 😊	

Lauantai

19.2.2022

Henkilökunta lounas

Broilerimureke (G, L, M), Pippurikastike (G, L), Peruna, Paprikarengas,
Mansikkakiisseli (G, L)

Sunnuntai

20.2.2022

Henkilökunta lounas

Karjalanpaisti (G, L), Perunasose (L), Rapea kaalisalaatti (G, M),
Lohkeava jogurtti (L)
