

|                  |   |
|------------------|---|
| <b>Maanantai</b> | <b>12.8.2019</b>  |
| Aamupala         | Jogurtti, Kaurapala (L), Leikkele (L)   |
| Lounas           | Nakkikastike (G, L), Peruna, Menu Europa vihannessekoitus, Salaattipöytä      |
| Kasvisruoka      | Soijanakkikastike (G, L), Peruna, Menu Europa vihannessekoitus, Salaattipöytä |
| Päivällinen      | Pinaattinen kalastajankeitto (G, L), Paprika                                  |
| Iltaapala        | Sämpylä (L), Makkara (L), Tuorekurkku   |

---

|                |  |
|----------------|--|
| <b>Tiistai</b> | <b>13.8.2019</b>   |
| Aamupala       | Murot (L), Maito, Leipä, Juusto (L), Tomaatti                                    |
| Lounas         | Ohrapuuro (L) lähiruoka, Mustikkakeitto (G,L), Leikkele, Ruispala, Salaattipöytä |
| Kasvisruoka    | Ohrapuuro (L) lähiruoka, Mustikkakeitto (G,L), Juusto, Ruispala, Salaattipöytä   |
| Päivällinen    | Nakkipata (G,L), Punajuuri   |
| Iltaapala      | Rieska (L), Juusto (L), Hedelmä  |

---

|                    |   |
|--------------------|---|
| <b>Keskiviikko</b> | <b>14.8.2019</b>                              |
| Aamupala           | Ruishiutalepuuro (L), Makkara (L)             |
| Lounas             | Jauheliha-makaronilaatikko (L), Salaattipöytä |
| Kasvisruoka        | Mifu- makaronilaatikko (L), Salaattipöytä     |
| Päivällinen        | Possupata (G, L), Tuorekurkku                 |
| Iltaapala          | Mausteleipä (L), Leikkele (L), Salaatinlehti  |

---

|                |   |
|----------------|---|
| <b>Torstai</b> | <b>15.8.2019</b>  |
| Aamupala       | 4-Viljanpuuro (M), Juusto (L), Salaatinlehti  |
| Lounas         | Kalastajan pyörökät (G,L), Kermaperunat (G, L), Kermaviilikastike (L), Salaattipöytä        |
| Kasvisruoka    | Kasvisjauhispyörökkä (G,L,M,K), Kermaperunat (G, L), Kermaviilikastike (L)<br>Salaattipöytä |
| Päivällinen    | Jauheliha-perunasoselaatikko (G,L), Tuorepala   |
| Iltaapala      | Ruispala (L), Leikkele (L), Paprika   |

**Perjantai 16.8.2019**

|             |  |
|-------------|--|
| Aamupala    | Mannavelli (L), Porkkanapala               |
| Lounas      | Kinkkukiusaus (G,L) ,Salaattipöytä         |
| Kasvisruoka | Kasviskiusaus (G, L) , Salaattipöytä       |
| Päivällinen | Riisipuuro (G,L) Mehukeitto (G,L) Leikkele |
| Iltaapala   | Sämpylä (L), Makkara (L), Maustekurkku     |

---

**Lauantai 17.8.2019**

|             |  |
|-------------|--|
| Lounas      | Pieni häränlihapihvi (G M,L), Perunasose (G,L), Ruskeakastike (L,G), Porkkanasuikale, Kurkku |
| Kasvisruoka | Kasvispihvi (L, G), Perunasose (L), Kastike (L), Porkkanasuikale, Kurkku                     |
| Välipala    | Mustikkamehukeitto, Ruisleipä  |
| Päivällinen | Jauhelihakiusaus (G, L), Punajuuri   |
| Iltaapala   | Kuituleipä, Leikkele, Tuorekurkku  |

---

**Sunnuntai 18.8.2019**

|             |  |
|-------------|--|
| Lounas      | Stroganoff (L,G), Peruna (G, L) ,Lanttukuutio, Italiansalaatti (L)                 |
| Kasvisruoka | Itämainen kasvishöystö (G, M, L), Peruna (G, L), Lanttukuutio, Italiansalaatti (L) |
| Välipala    | Karjalanpiirakka (L), Leikkele (L)   |
| Päivällinen | Siskonmakkara-keitto (G, L), Tomaatti  |
| Iltaapala   | Sämpylä, Juusto, Paprika, Hedelmä  |

**Maanantai 19.8.2019**

|             |   |
|-------------|---|
| Aamupala    | Marja-jogurtti (L), Ruisleipä, Juusto(L)                |
| Lounas      | Chili con carne (G), Tumma riisi, Salaattipöytä         |
| Kasvisruoka | Soijarouhe carne (G), Tumma Riisi (G, M), Salaattipöytä |
| Päivällinen | Kahden kalankeitto (G, L), Tomaatti                     |
| Iltapala    | Sämpylä (L), Makkara (L), Tuorekurkku                   |

---

**Tiistai 20.8.2019**

|             |   |
|-------------|---|
| Aamupala    | Murot (L), Leipä (G, L), Leikkele, Tuorekurkku            |
| Lounas      | Hernekeitto (G, L), Salaattipöytä, Pannukakku, Hillo      |
| Kasvisruoka | Kasvihernekeitto (G, L), Salaattipöytä, Pannukakku, Hillo |
| Päivällinen | Kalalaatikko (G, L), Punajuuri                            |
| Iltapala    | Rieska (L), Juusto (L), Hedelmä                           |

---

**Keskiviikko 21.8.2019**

|             |   |
|-------------|---|
| Aamupala    | Kaurapuuro (M), Ruisleipä, Kananmuna, Paprikapala |
| Lounas      | Tonnikalapasta (L), Salaattipöytä                 |
| Kasvisruoka | Kasvis-pastavuoka (L), Salaattipöytä              |
| Päivällinen | Jauheliha-tomaattipata (G,L) Tuorekurkku          |
| Iltapala    | Mausteleipä, Leikkele, Paprika                    |

---

**Torstai 22.8.2019**

|             |   |
|-------------|---|
| Aamupala    | 4-viljanvelli (L), Tomaatti, Kaurapala  |
| Lounas      | Broileripyörykkä (L), Peruna, Curry-kastike (L), Salaattipöytä, Mustaherukkahillo |
| Kasvisruoka | Falafelpyörykkä (G,L,M), Peruna, Curry-kastike (L), Salaattipöytä                 |
| Päivällinen | Pinaattinen nakki-perunasoselaatikko (G, M), Punajuuri                            |
| Iltapala    | Ruispala (L), Leikkele (L), Hedelmä   |

---

|                  |  |
|------------------|--|
| <b>Perjantai</b> | <b>23.8.2019</b>                                   |
| Aamupala         | Vehnähiutalepuuro (M), Makkara, Tuoremehu          |
| Lounas           | Juustoinen peruna-bataattivuoka (L), Salaattipöytä |
| Päivällinen      | Lihakeitto (G,L), Tuorekurkku                      |
| Iltapala         | Sämpylä (L), Makkara (L), Maustekurkku             |

---

|                 |  |
|-----------------|--|
| <b>Lauantai</b> | <b>24.8.2019</b>                             |
| Lounas          | Riistakiusaus (G, L), Puolukkahillo, Paprika |
| Kasvisruoka     | Kasviskiusaus (G,L), Puolukkahillo, Paprika  |
| Välipala        | Jogurtti (L), Leipä (L)                      |
| Päivällinen     | Makkarakeitto (G, M, Tomaatti)               |
| Iltapala        | Karjalanpiirakka (L), Leikkele (L)           |

---

|                  |  |
|------------------|--|
| <b>Sunnuntai</b> | <b>25.8.2019</b>                                       |
| Lounas           | Jauheliha-makaronilaatikko (L), Punajuurisalaatti      |
| Kasvisruoka      | Mifu-makaronilaatikko (L), Punajuurisalaatti           |
| Välipala         | Ruusunmarjakeitto (G,M,L), Leipä                       |
| Päivällinen      | Broiskis- perunaviipalelaatikko (G, L), Kurkkusalaatti |
| Iltapala         | Sämpylä (L), Juusto (L), Lehtisalaatti, Hedelmä        |

**Maanantai 26.8.2019**

|             |  |
|-------------|--|
| Aamupala    | Jogurtti (L), Kaurapala, Leikkele                        |
| Lounas      | Possukastike (G, L), Peruna, Babyporkkana, Salaattipöytä |
| Kasvisruoka | Juureskastike (L), Peruna, Babyporkkana, Salaattipöytä   |
| Päivällinen | Jauhelihakeitto (G, M), Tuorekurkku (G,L)                |
| Illtapala   | Sämpylä (L), Makkara (L), Paprika                        |

---

**Tiistai 27.8.2019**

|             |  |
|-------------|--|
| Aamupala    | Murot (L), Maito, Leipä, Juusto (L), Tomaatti                        |
| Lounas      | Pinaattikeitto (G,L), Kananmuna, Karjalanpiirakka (L), Salaattipöytä |
| Päivällinen | Porokiusaus (G,L), Puolukkahillo , Paprika                           |
| Illtapala   | Rieska (L), Juusto (L), Hedelmä, Tuorekurkku                         |

---

**Keskiviikko 28.8.2019**

|             |  |
|-------------|--|
| Aamupala    | Ruishiutalepuuro (M), Makkara (L)            |
| Lounas      | Broileri- cappellipaistos (L), Salaattipöytä |
| Kasvisruoka | Tofu- cappellipaistos (L), Salaattipöytä     |
| Päivällinen | Kalakeitto (G,L), Porkkanapölkky             |
| Illtapala   | Mausteleipä (L), Leikkele (L), Salaatinlehti |

---

**Torstai 29.8.2019**

|             |   |
|-------------|---|
| Aamupala    | 4-viljanpuuro (M), Juusto (L) , Salaatinlehti                     |
| Lounas      | Lihapulla (L), Ruskea kastike (G, L), Peruna (G,L), Salaattipöytä |
| Kasvisruoka | Kasvispyörykkä (L), Kastike (G, L), Peruna (G,L), Salaattipöytä   |
| Päivällinen | Lihakeitto (G, M), Tomaatti                                       |
| Illtapala   | Soppa (L,M,G), Leikkele (L,G), Ruisleipä (L)                      |

**Perjantai 30.8.2019**

|             |  |
|-------------|--|
| Aamupala    | Mannavelli (L), Porkkanapala                   |
| Lounas      | Lohilaatikko (G,L), Punajuuri, Salaattipöytä   |
| Kasvisruoka | Kasvislaatikko (G,L), Punajuuri, Salaattipöytä |
| Päivällinen | Nakkipata (G,L), Juusto (L), Tuorekurkku       |
| Iltapala    | Sämpylä (L), Makkara (L), Maustekurkku         |

---

**Lauantai 31.8.2019**

|             |   |
|-------------|---|
| 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), Leikkele (L), Tuorekurkku           |

---

**Sunnuntai 1.9.2019**

|             |   |
|-------------|---|
| Lounas      | Nakkikastike (G, L), Perunasose, Italiansalaatti (L)      |
| Kasvisruoka | Soijanakkikastike (G, L) ,Perunasose, Italiansalaatti (L) |
| Välipala    | Vadelma-Vispis (L), Leipä, Leikkele (L)                   |
| Päivällinen | Lohikiusaus (G, L), Punajuuri                             |
| Iltapala    | Sämpylä (L), Juusto (L), Paprika, Hedelmä                 |

**Maanantai 2.9.2019**

|             |   |
|-------------|---|
| Aamupala    | Marja-jogurtti (L), Ruispala, Juusto  |
| Lounas      | Jauhelihakastike (G, M), Tumma makaroni (M), Kahden kaalin sekoitus, Salaattipöytä  |
| Kasvisruoka | Soijarouhekastike (G, M), Tumma makaroni (M), Kahden kaalin sekoitus, Salaattipöytä |
| Päivällinen | Broileripata (G, M), Mustaherukkahillo, Tuorekurkku                                 |
| Iltapala    | Sämpylä (L), Makkara (L), Hedelmä   |

---

**Tiistai 3.9.2019**

|             |  |
|-------------|--|
| Aamupala    | Murot (L), Leipä, Leikkele, Tuorekurkku                |
| Lounas      | Lohikeitto (G,L), Rieska, Salaattipöytä                |
| Kasvisruoka | Juusto-paprika-papukeitto (G,L), Rieska, Salaattipöytä |
| Päivällinen | Merimiespihvi (G,L), Punajuuri                         |
| Iltapala    | Rieska (L), Juusto (L), Hedelmä, Tomaatti              |

---

**Keskiviikko 4.9.2019**

|             |   |
|-------------|---|
| Aamupala    | Kaurapuuro (M), Ruisleipä (L), Kananmuna, Paprikapala |
| Lounas      | Lasagnette (L), Salaattipöytä                         |
| Kasvisruoka | Kasvis-lasagnette (L), Salaattipöytä                  |
| Päivällinen | Kesäkeitto (G, L), Lihaleikkele, Tuorekurkku          |
| Iltapala    | Mausteleipä (L), Leikkele (L), Salaatinlehti          |

---

**Torstai 5.9.2019**

|             |  |
|-------------|--|
| Aamupala    | 4-viljanvelli (L), Tomaatti, Kaurapala                               |
| Lounas      | Uunimakkara (L,G), Perunasose (G, L), Salaattipöytä, Kurkkusalaatti  |
| Kasvisruoka | Kasvisgrilleri (G, L), Perunasose (L), Salaattipöytä, Kurkkusalaatti |
| Päivällinen | Aurinkoinen broilerikeitto (G,L), Ruis-sämpylä, Paprika              |
| Iltapala    | Ruispala (L), Leikkele (L), Hedelmä, Tuorekurkku                     |

---

**Perjantai 6.9.2019**

|             |   |
|-------------|---|
| Aamupala    | Vehnähiutalepuuro (M), Makkara (L), Tuoremehu |
| Lounas      | Itämainen vuoka (G, M), Salaattipöytä         |
| Päivällinen | Koskenlaskijan lohipata (G, L) Punajuuri      |
| Iltapala    | Sämpylä (L), Makkara (L), Maustekurkku        |

---

**Lauantai 7.9.2019**

|             |   |
|-------------|---|
| Lounas      | Naudanlihahöystö (G, L), Peruna (G, L) Parsakaali, Herkkukurkku |
| Kasvisruoka | Kasvishöystö (G, L), Peruna (G, L), Mustaherukkahillo, Tomaatti |
| Välipala    | Vanukas (G, L), Ruisleipä                                       |
| Päivällinen | Nakkikeitto (G, M), Juusto (L), Paprika                         |
| Iltapala    | Kuituleipä (L), Leikkele (L), Tuorekurkku                       |

---

**Sunnuntai 8.9.2019**

|             |   |
|-------------|---|
| Lounas      | Kalakuviot (L), Perunasose (G, L), Remouladekastike, Kurkkuraastesalaatti     |
| Kasvisruoka | Kasvispihvi (G, L), Perunasose (G, L), Remouladekastike, Kurkkuraastesalaatti |
| Välipala    | Ruisleipä (L), Leikkele (L), Juurespala                                       |
| Päivällinen | Kesäkurpitsamoussaka (G, L), Tomaatti   |
| Iltapala    | Sämpylä (L), Juusto (L), Lehtisalaatti, Hedelmä                               |



**Maanantai 9.9.2019**

|             |   |
|-------------|---|
| Aamupala    | Jogurtti (L), Kaurapala (L), Leikkele                                   |
| Lounas      | Lihakastike (G, L), Peruna (L,G), Porkkanaviipale, Salaattipöytä        |
| Kasvisruoka | Lumoava Kasvispata (G, L), Peruna (L,G), Porkkanaviipale, Salaattipöytä |
| Päivällinen | Juustoinen jauhelihakeitto (G, L), Salaatinlehti                        |
| Iltaapala   | Sämpylä (L), Makkara (L), Tuorekurkku                                   |

---

**Tiistai 10.9.2019**

|             |  |
|-------------|--|
| Aamupala    | Murot (L), Maito, Leipä, Juusto (L), Tomaatti              |
| Lounas      | Seikeitto (G,L), Kauraleipä, Salaattipöytä                 |
| Kasvisruoka | Yrttitarhan kasviskeitto (G, M), Kauraleipä, Salaattipöytä |
| Päivällinen | Pinaattinen nakki-perunasoselaatikko (G,L), Paprikarengas  |
| Iltaapala   | Rieska (L), Juusto (L), Hedelmä, Tomaatti                  |

---

**Keskiviikko 11.9.2019**

|             |   |
|-------------|---|
| Aamupala    | Ruishiutalepuuro (M), Makkara (L)   |
| Lounas      | Sitruunainen kalaleike (M), Peruna, Kermaviilikastike (L), Salaattipöytä  |
| Kasvisruoka | Bataatti-juurespivi (G,L,M), Peruna, Kermaviilikastike (L), Salaattipöytä |
| Päivällinen | Jauhelihakeitto (G,L), Tomaatti   |
| Iltaapala   | Sämpylä (L), Leikkele (L), Lehtisalaatti                                  |

---

**Torstai 12.9.2019**

|             |   |
|-------------|---|
| Aamupala    | 4-viljanpuuro (M), Juusto (L), Salaatinlehti                              |
| Lounas      | Vegekepakko (L,M,K), Perunasose (G, L), Remoulade (G, L,M), Salaattipöytä |
| Päivällinen | Metsästäjän pata (G, M), Herkkukurkku                                     |
| Iltaapala   | Ruispala (L), Leikkele (L), Hedelmä, Tuorekurkku                          |

|                  |   |
|------------------|---|
| <b>Perjantai</b> | <b>13.9.2019</b>  |
| Aamupala         | Mannavelli (L), Porkkanapala  |
| Lounas           | Juustoinen jauhelihalaatikko (G,L), Salaattipöytä                   |
| Kasvisruoka      | Juustoinen soija-perunalaatikko (G,L), Salaattipöytä                |
| Päivällinen      | Porkkanasekeitto (G,L), Karjalanpiirakka (L), Sulatejuustonappi (L) |
| Illtapala        | Sämpylä (L), Makkara (L), Maustekurkku                              |

---

|                 |   |
|-----------------|---|
| <b>Lauantai</b> | <b>14.9.2019</b>  |
| Lounas          | Lihamureke (G, L), Kastike (M), Perunasose (L), Puutarhurinsalaatti     |
| Kasvisruoka     | Kuskus-kasvispihvi,(L) Kastike (M), Perunasose (L), Puutarhurinsalaatti |
| Välipala        | Hedelmä, Ruisleipä (L), Juusto (L)                                      |
| Päivällinen     | Nakkikeitto (L), Paprika  |
| Illtapala       | Kuituleipä (L), Leikkele (L), Tuorekurkku                               |

---

|                  |   |
|------------------|---|
| <b>Sunnuntai</b> | <b>15.9.2019</b>                            |
| Lounas           | Maksa-porkkanakastike (L), Peruna, Tomaatti |
| Kasvisruoka      | Juuresmuhennos (G, M), Peruna, Tomaatti     |
| Välipala         | Vadelma-Vispis (L), Leipä (L), Leikkele (L) |
| Päivällinen      | Kahden Kalan keitto (G,L), Tuorekurkku      |
| Illtapala        | Leipä (L), Juusto (L), Paprika, Hedelmä     |

|                    |   |
|--------------------|---|
| <b>Maanantai</b>   | <b>16.9.2019</b>  |
| Aamupala           | Marja-jogurtti (L), Ruisleipä, Juusto (L)   |
| Lounas             | Tahitilainen broilerikastike (L), Tumma riisi, Mustaherukkahillo, Salaattipöytä   |
| Kasvisruoka        | Linssi-kasvishöystö (G, L,M), Tumma riisi, Mustaherukkahillo, Salaattipöytä       |
| Päivällinen        | Kalakeitto (G,L), Salaatinlehti   |
| Illtapala          | Sämpylä (L), Makkara (L), Tuorekurkku   |
| <hr/>              |   |
| <b>Tiistai</b>     | <b>17.9.2019</b>  |
| Aamupala           | Murot (L), Leipä, Leikkele, Tuorekurkku   |
| Lounas             | Savuporokeitto (G,L), Rieska, Salaattipöytä                                       |
| Kasvisruoka        | Savutofukeitto (G,L), Rieska, Salaattipöytä                                       |
| Päivällinen        | Tomaattinen jauheliha-perunalaatikko (G,L), Paprikarengas                         |
| Illtapala          | Rieska (L), Juusto (L), Hedelmä, Tomaatti   |
| <hr/>              |   |
| <b>Keskiviikko</b> | <b>18.9.2019</b>  |
| Aamupala           | Kaurapuuro (M), Ruisleipä (L), Kananmuna, Paprikapala                             |
| Lounas             | Pastavuoka carbonara (L), Salaattipöytä   |
| Kasvisruoka        | Nyhtökaura- carbonara (L), Salaattipöytä  |
| Päivällinen        | Lihapata (L), Puolukkahillo, Kurkku   |
| Illtapala          | Sämpylä (L), Leikkele (L), Lehtisalaatti  |
| <hr/>              |   |
| <b>Torstai</b>     | <b>19.9.2019</b>  |
| Aamupala           | 4- viljanvelli (L), Tomaatti, Kaurapala   |
| Lounas             | Verimakkara ( M, L, K), Peruna, Valkokastike (G, L), Salaattipöytä, Puolukkahillo |
| Kasvisruoka        | Kasvis-papukroketti (G,L,M,K), Peruna, Kastike (L), Salaattipöytä, Puolukkahillo  |
| Päivällinen        | Lempeä kanakeitto (G,L), Tomaatti   |
| Illtapala          | Ruispala (L), Leikkele (L), Hedelmä, Tuorekurkku                                  |

**Perjantai 20.9.2019**

|             |   |
|-------------|---|
| Aamupala    | Vehnähiutalepuuro (M), Makkara (L), Tuoremehu                 |
| Lounas      | Mantelikala (L), Perunasose (L), Punajuuri, Salaattipöytä     |
| Kasvisruoka | Hernepihvi (G, L,M), Perunasose (L), Punajuuri, Salaattipöytä |
| Päivällinen | Jauhelihakiusaus (G,L), Kurkkusuikale                         |
| Iltaapala   | Sämpylä (L), Makkara (L), Maustekurkku                        |

---

**Lauantai 21.9.2019**

|             |  |
|-------------|--|
| Lounas      | Broilerimureke (G,L,M), Kastike (G,L), Peruna, Paprikarengas |
| Kasvisruoka | Kasviskaalirösti (G,L) Kastike (G,L), Peruna, Paprikarengas  |
| Välipala    | Mustikkamehukeitto, Ruisleipä                                |
| Päivällinen | Pinaattikeitto (L), Kananmuna, Karjalanpiirakka (L)          |
| Iltaapala   | Kuituleipä (L), Leikkele (L), Tuorekurkku                    |

---

**Sunnuntai 22.9.2019**

|             |  |
|-------------|--|
| Lounas      | Karjalanpaisti (G,L), Perunasose (L), Sienisalaatti , Puolukka |
| Kasvisruoka | Juuresmuhennos (G,M), Peruna, Sienisalaatti , Puolukka         |
| Välipala    | Karjalanpiirakka (L), Leikkele (L)                             |
| Päivällinen | Jauheliha-perunasoselaatikko (G,L) , Tomaatti                  |
| Iltaapala   | Leipä (L), Juusto (L), Paprika, Hedelmä                        |

---