

Maanantai**16.11.2020**

Aamupala	Jogurtti, Kaurapala (L), Leikkele (L)
Lounas	Nakkikastike (G, L), Peruna, Värikkäät porkkanat, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Soijanakkikastike (G, L), Peruna, Värikkäät porkkanat, Salaattipöytä
Välipala	Leipä, Leikkele, Hedelmä (viinirypäle)
Päivällinen	Pinaattinen kalastajankeitto (G, L), Paprika
Iltapala	Sämpylä (L), Makkara (L), Tuorekurkku

Tiistai**17.11.2020**

Aamupala	Murot (L), Maito, Leipä (L), Makkara, Tomaatti
Lounas	Ohrapuuro (L) lähiruoka, Vadelmakeitto (G, L), Leikkele, Ruispala, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Ohrapuuro (L) lähiruoka, Vadelmakeitto (G, L), Juusto, Ruispala, Salaattipöytä
Välipala	Meren pitsa (L)
Päivällinen	Nakkipata (G, L), Punajuuri
Iltapala	Rieska (L), Juusto (L), Hedelmä

Keskiviikko**18.11.2020**

Aamupala	Ruishiutalepuuro (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	Mausteleipä (L), Leikkele (L), Salaatinlehti

Torstai**19.11.2020**

Aamupala	4-Viljanpuuro (M), Juusto (L), Salaatinlehti, Leipä
Lounas	Kalastajan pyörökät (G, M,K), Perunat, Kermaviilikastike (L), Salaattipöytä
Kasvisruoka	Kasvisjauhispöyrökä (G, L,M,K), Perunat, Kermaviilikastike (L) Salaattipöytä
Välipala	Karjalanpiirakka (L), Juusto (L), Kurkku
Päivällinen	Jauheliha-perunasoselaatikko (G, L), Tuorepala
Iltapala	Ruispala (L), Leikkele (L), Paprika

Perjantai	20.11.2020
Aamupala	Mannavelli (L), Leikkele (L), Porkkanapala, Leipä
Lounas	Kinkkukiusaus (G, L), Salaattipöytä
Kasvisruoka	Kasviskiusaus (G, L), Salaattipöytä
Välipala	Mehukeitto (G, L), Hapankorppu, Juusto (L)
Päivällinen	Riisipuuro (G, L), Mehukeitto (G, L), Leikkele
Iltapala	Sämpylä (L), Makkara (L), Maustekurkku

Lauantai	21.11.2020
Lounas	Pieni häränlihapihvi (G M,L), Perunasose (G, L), Ruskeakastike (L,G), Kurkku
Kasvisruoka	Kasvispihvi (L, G), Perunasose (L), Kastike (L), Kurkku
Välipala	Mustikkamehukeitto, Ruisleipä
Päivällinen	Jauhelihakiusaus (G, L), Punajuuri
Iltapala	Ruispala, Makkara, Hedelmä

Sunnuntai	22.11.2020
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
Iltapala	Sämpylä, Juusto, Hedelmä

Maanantai	23.11.2020
Aamupala	Marja-jogurtti (L), Ruisleipä, Juusto (L)
Lounas	Bolognes (M), Pasta, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Kasvis-bolognese (L), Pasta, Salaattipöytä
Välipala	Leipä, Leikkele, Paprika
Päivällinen	Kahden kalankeitto (G, L), Kurkku
Iltapala	Sämpylä, Makkara (L), Tuorekurkku

Tiistai	24.11.2020
Aamupala	Ohrahiutalepuuro (M), Leipä, Leikkele, Tuorekurkku
Lounas	Hernekeitto (G, L), Salaattipöytä, Pannukakku (L), Hillo
Kasvisruoka	Kasvishernekeitto (G, L) Salaattipöytä, Pannukakku (L), Hillo
Välipala	Meren lihapiirakka (L), Hedelmä (satsuma)
Päivällinen	Kalalaatikko (G, L), Punajuuri
Iltapala	Rieska (L), Juusto (L), Hedelmä

Keskiviikko	25.11.2020
Aamupala	Kaurapuuro (M), Ruisleipä, Kananmuna, Paprikapala
Lounas	Juustoinen perunavuoka (G, L), Salaattipöytä
Kasvisruoka	Juustoinen perunavuoka (G, L), Salaattipöytä
Välipala	Marjapuuro (L)
Päivällinen	Jauheliha-tomaattipata (L), Tuorekurkku
Iltapala	Mausteleipä, Leikkele, Paprika

Torstai	26.11.2020
Aamupala	4-viljanvelli (L), Tomaatti, Juusto (L), Kaurapala
Lounas	Lihakeitto (G, L), Juusto (L), Sämpylä, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Mifukeitto (G, L), Juusto (L), Sämpylä, Salaattipöytä
Välipala	Hedelmäpala, Näkkäri, Makkara
Päivällinen	Broiskis- perunaviipalelaatikko (G, L), Kurkkusalaatti
Iltapala	Ruispala (L), Leikkele (L), Hedelmä

Perjantai	27.11.2020
Aamupala	Vehnähiutalepuuro (M), Makkara (L), Omenasose, Leipä
Lounas	Sitruunainen kalaleike (M), Kermaviilikastike (L), Peruna, Salaattipöytä,
Kasvisruoka	Bataatti-juurespihvi (G, L,M), Kermaviilikastike (L), Peruna, Salaattipöytä
Välipala	Viili (L), Leipä, Leikkele
Päivällinen	Mannapuuro (L), Leikkele, Trooppinen hedelmäkeitto (G, L)
Iltapala	Sämpylä (L), Makkara (L), Maustekurkku

Lauantai	28.11.2020
Lounas	Riistakiusaus (G, L), Puolukkahillo, Paprika
Kasvisruoka	Mifu- jauhiskiusaus (G, L), Puolukkahillo, Paprika
Välipala	Jogurtti (L), Leipä (L)
Päivällinen	Makkarakeitto (G, M), Tomaatti
Iltapala	Karjalanpiirakka (L), Juusto (L)

Sunnuntai	29.11.2020
Lounas	Lohimurekepihvi (L, K), Perunasose (L), Porkkanaviipale, Punajuurisalaatti (G, L)
Kasvisruoka	Kasvishampurilaispihvi (G, L), Perunasose (L), Porkkanaviipale, Punajuurisalaatti
Välipala	Ruusunmarjakeitto (G, M,L), Leipä
Päivällinen	Pinaattinen nakki-perunasoselaatikko, Punajuuri
Iltapala	Sämpylä (L), Juusto (L), Lehtisalaatti, Hedelmä

Maanantai	30.11.2020	VIIKKO 49	lista 3
Aamupala	Jogurtti (L), Kaurapala, Leikkele		
Lounas	Possukastike (G, L), Peruna, Babyporkkana, Salaattipöytä		
Kasvisruoka	Juureskastike (L), Peruna, Babyporkkana, Salaattipöytä		
Välipala	Leipä, Sulatejuusto (L), Kurkku		
Päivällinen	Ohrapuuro (L), Leikkele, Mansikkakeitto (G, L)		
Iltapala	Sämpylä, Makkara (L), Tuorekurkku		

Tiistai	1.12.2020		
Aamupala	Ohrahiutalepuuro (M), Leipä, Juusto (L), Tomaatti		
Lounas	Pinaattikeitto (G, L), Kananmuna, Karjalanpiirakka (L), Salaattipöytä		
Välipala	Mandariinirahka (L), Leipä		
Päivällinen	Porokiusaus (G, L), Puolukkahillo, Paprika		
Iltapala	Rieska (L), Makkara (L), Hedelmä		

Keskiviikko	2.12.2020		
Aamupala	Ruishiutalepuuro (M), Makkara (L), Paprika, Leipä		
Lounas	Broileri - cappellipaistos (L), Salaattipöytä, Mustaherukkahillo		
Kasvisruoka	Tofu - cappellipaistos (L), Salaattipöytä, Mustaherukkahillo		
Välipala	Appelsiinihiisseli (G), Leipä, Juusto (L)		
Päivällinen	Kalakeitto (G, L), Herkkukurkku		
Iltapala	Mausteleipä (L), Leikkele (L), Salaatinlehti		

Torstai	3.12.2020		
Aamupala	4-viljanpuuro (M), Juusto (L), Salaatinlehti, Leipä		
Lounas	Lihapulla (L), Ruskea kastike (G, L), Peruna (G, L), Salaattipöytä		
Kasvisruoka	Kasvispyörykkä (L), Kastike (G, L), Peruna (G, L), Salaattipöytä		
Välipala	Näkkileipä, Makkara, Porkkanapölkky		
Päivällinen	Jauheliha (G, M), Tomaatti		
Iltapala	Mehukeitto (L,M,G), Sulatejuusto (L), Ruisleipä (L)		



Perjantai 4.12.2020 Itsenäisyyspäivälounas

Aamupala	Mannavelli (L), Leikkele (L), Porkkanapala, Leipä
Lounas	Karjalanpaisti (G, L,M,K), Perunasose (G, L), Puolukkahillo, Salaattipöytä, Jälkiruoka (L)
Kasvisruoka	Vegaaninen karjanpaisti (G, L,M,K), Perunasose (G, L), Puolukkahillo, Salaattipöytä, Jälkiruoka (L)
Välipala	Maustamaton jogurtti (L), marjat
Päivällinen	Nakkipata (G, L), Tuorekurkku
Iltapala	Sämpylä (L), Makkara (L), Maustekurkku

Lauantai 5.12.2020

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 6.12.2020 Itsenäisyyspäivä

Lounas	Karjalanpaisti (G, L,M,K), Perunasose (G, L), Puolukkahillo, Herkkukurkku
Kasvisruoka	Vegaaninen karjanpaisti (G, L,M,K), Perunasose (G, L), Puolukkahillo, Herkkukurkku
Välipala	Vadelma pannacotta (L), Leipä, Leikkele (L)
Päivällinen	Koskenlaskijan lohipata (G, L), Punajuuri,
Iltapala	Sämpylä (L), Juusto (L), Hedelmä

Maanantai	7.12.2020
Aamupala	Marja-jogurtti (L), Ruispala, Juusto
Lounas	Jauhelihakastike (G*, L), Makaroni tumma, Menu Europa vihannessekoitus, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Soijarouhekastike (G*, L), Makaroni tumma, Menu Europa vihannessekoitus, Salaattipöytä
Välipala	Leipä, Makkara, Appelsiinihloko/mandariini
Päivällinen	Broileripata (G, M), Mustaherukkahillo, Tuorekurkku
Iltapala	Sämpylä (L), Juusto (L), Hedelmä

Tiistai	8.12.2020
Aamupala	Ohrahiutalepuuro (M), Leipä, Leikkele, Tuorekurkku
Lounas	Lohikeitto (G, L), Rieska, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Kesäkeitto (G, L), Rieska, Salaattipöytä
Välipala	Suklaakiisseli (G, L), Tuorekurkku, Hapankorppu
Päivällinen	Merimiespihvi (G, L), Punajuuri
Iltapala	Leipä, Makkara, Hedelmä, Tomaatti

Keskiviikko	9.12.2020
Aamupala	Kaurapuuro (M), Ruisleipä (L), Kananmuna, Paprikapala
Lounas	Lasagnette (L), Salaattipöytä
Kasvisruoka	Kasvis-lasagnette (L), Salaattipöytä
Välipala	Dippivihannekset (porkkana, kurkku, paprika) ja dippi (L), Leipä
Päivällinen	Kesäkeitto (G,L), Lihaleikkele, Tuorekurkku
Iltapala	Mausteleipä (L), Leikkele (L), Salaatinlehti

Torstai	10.12.2020
Aamupala	4-viljanvelli (L), Tomaatti, Juusto (L), Kaurapala
Lounas	Vegekepakko (L,M,K), Kermaperunat (G, L), Remoulade (G, L,M), Salaattipöytä
Välipala	Mansikka smoothie (sose), Leipä
Päivällinen	Kesäkurpitsamoussakka (G, L), Tomaatti
Iltapala	Ruispala (L), Leikkele (L), Hedelmä

Perjantai	11.12.2020
Aamupala	Vehnähiutalepuuro (M), Makkara (L), Päärynäsose, Leipä
Lounas	Uunimakkara (L,G), Perunasose (G, L), Salaattipöytä, Kurkkusalaatti
Kasvisruoka	Kasvisgrilleri (G, L), Perunasose (L), Salaattipöytä, Kurkkusalaatti
Välipala	Karjalanpiirakka (L), Munavoi (L), Paprika
Päivällinen	Lohikiusaus (G,L), Punajuuri
Iltaapala	Sämpylä (L), Makkara (L), Maustekurkku

Lauantai	12.12.2020
Lounas	Naudanlihahöystö (G, L), Peruna (G, L) Parsakaali, Herkkukurkku
Kasvisruoka	Kasvishöystö (G, L), Peruna (G, L), Mustaherukkahillo, Tomaatti
Välipala	Ruisleipä, Leikkele, Tomaatti
Päivällinen	Nakkikeitto (G, M), Juusto (L), Paprika
Iltaapala	Kuituleipä (L), Makkara (L), Tuorekurkku

Sunnuntai	13.12.2020
Lounas	Kalakuviot (L), Perunasose (G, L), Remouladekastike, Kurkkuinensalaatti
Kasvisruoka	Kasvispihvi (G, L), Perunasose (G, L), Remouladekastike, Kurkkuinensalaatti
Välipala	Ruisleipä (L), Leikkele (L), Juurespala
Päivällinen	Aurinkoinen broilerikeitto (G, L), Ruis-sämpylä, Paprika
Iltaapala	Sämpylä (L), Juusto (L), Lehtisalaatti, Hedelmä

Maanantai	14.12.2020	VIIKKO 50	lista 5
Aamupala	Jogurtti (L), Kaurapala (L), Leikkele		
Lounas	Lihakastike (L), Peruna (L,G), 4-lajin vihannessekoitus, Salaattipöytä		
Kasvisruoka	Lumoava Kasvispata (G, L), Peruna (L,G), 4-lajin vihannessekoitus, Salaattipöytä		
Välipala	Leipä, Leikkele, Lehtisalaatti		
Päivällinen	Juustoinen jauheliuhakeitto (G, L), Salaatinlehti		
Iltapala	Sämpylä (L), Makkara (L), Tuorekurkku		

Tiistai	15.12.2020		
Aamupala	Ohrahiutalepuuro (M), Leipä, Juusto (L), Tomaatti		
Lounas	Seikeitto (G, L), Kauraleipä, Salaattipöytä (L)		
Kasvisruoka	Yrttitarhan kasviskeitto (G, M), Kauraleipä, Salaattipöytä		
Välipala	Pulla (L), Kaakao (L), Hapankorppu, Sulatejuusto (L)		
Päivällinen	Pinaattinen nakki-perunasoselaatikko (G, L), Paprikarengas		
Iltapala	Rieska, Juusto (L), Hedelmä		

Keskiviikko	16.12.2020 Joululounas		
Aamupala	Ruishiutalepuuro (M), Makkara (L), Paprika, Leipä		
Lounas	Viljapossun paahtofilee, Lanttulaatikko (G, L,K), Porkkanalaatikko,(G, M, K), Peruna, Kastike, (G*, L) Rosolli (G, M,K), Italiansalaatti (L), Joulutorttu		
Kasvisruoka	Vegaaninen linssimureke (G), Lanttulaatikko (G, L K), Porkkanalaatikko (G, M,K), Peruna, Kastike (G*, L), Rosolli (G, M,K), Italiansalaatti (L), Joulutorttu		
Välipala	Sekamarjakeitto (G), Leipä, Juusto (L)		
Päivällinen	Jauheliuhakeitto (G, L), Tomaatti		
Iltapala	Sämpylä (L), Leikkele (L), Lehtisalaatti		

Torstai	17.12.2020		
Aamupala	4-viljanpuuro (M), Juusto (L), Salaatinlehti, Leipä		
Lounas	Kasvis-makaronilaatikko (L), Salaattipöytä		
Välipala	Meren Kinkkupitsa (L)		
Päivällinen	Makkara-keitto (L), Kurkku		
Iltapala	Ruispala (L), Leikkele (L), Hedelmä, Tuorekurkku		

Perjantai 18.12.2020

Aamupala	Mannavelli (L), Leikkele (L), Porkkanapala, Leipä
Lounas	Juustoinen jauhelihalaatikko (G, L), Salaattipöytä
Kasvisruoka	Juustoinen soija-perunalaatikko (G, L), Salaattipöytä
Välipala	Sämpylä, Makkara (L), Omenalohko
Päivällinen	Porkkanasosekeitto (G, L), Karjalanpiirakka (L), Sulatejuustonappi (L)
Iltaapala	Sämpylä (L), Makkara (L), Maustekurkku

Lauantai 19.12.2020

Lounas	Lihamureke (G, L), Kastike (M), Perunasose (L), Punajuuri, Pikkutomaatti
Kasvisruoka	Kuskus-kasvispihvi, (L) Kastike (M), Perunasose (L), Punajuuri, Pikkutomaatti
Välipala	Hedelmä, Ruisleipä (L), Juusto (L)
Päivällinen	Nakkikeitto (L), Paprika
Iltaapala	Kuituleipä (L), Juusto (L), Tuorekurkku

Sunnuntai 20.12.2020

Lounas	Maksa-porkkanakastike (G, L), Peruna, Tomaatti, Puolukkahillo
Kasvisruoka	Juuresmuhennos (G, M), Peruna, Tomaatti
Välipala	Vadelmakeitto (G, L), Leipä (L), Leikkele (L)
Päivällinen	Kirkas kalakeitto (G, L), Tuorekurkku
Iltaapala	Leipä (L), Juusto (L), Paprika, Hedelmä

Maanantai 21.12.2020 VIIKKO 51 lista 6

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
Välipala	Leipä, Kurkku, Leikkele
Päivällinen	Lohilaatikko (G, L), Salaatinlehti
Iltapala	Sämpylä (L), Makkara (L), Tuorekurkku

Tiistai 22.12.2020

Aamupala	Ohrahiutalepuuro (M), Leipä, Leikkele, Tuorekurkku
Lounas	Riisipuuro (G, L), Luumu-rusinakeitto (G, L), Leikkele, Joululeipä, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Riisipuuro (G, L), Luumu-rusinakeitto (G, L), Leikkele, Joululeipä, Salaattipöytä
Välipala	Dippivihannekset (porkkana, kurkku, paprika) ja dippi, Leipä
Päivällinen	Tomaattinen jauheliha-perunalaatikko (G, L), Paprikarengas
Iltapala	Leipä, Makkara (L), Hedelmä

Keskiviikko 23.12.2020

Aamupala	Kaurapuuro (M), Ruisleipä (L), Kananmuna, Paprikapala
Lounas	Pastavuoka carponara (L), Salaattipöytä
Kasvisruoka	Nyhtökaura- carponara (L), Salaattipöytä
Välipala	Marjat, Maustamaton jogurtti (L)
Päivällinen	Kalakeitto (G, L), Kurkku
Iltapala	Sämpylä (L), Leikkele (L), Lehtisalaatti

Torstai 24.12.2020 Jouluaatto

Aamupala	Murot, Tomaatti, Juusto (L), Kaurapala
Lounas	Joulukinkku, Lanttulaatikko (G, L,K), Peruna, Kastike (L), Italiansalaatti (L)
Kasvisruoka	Vegaaninen linssimureke (G), Lanttulaatikko (G, L,K), Peruna, Kastike (L), Italiansalaatti (L)
Välipala	Maissikiisseli (G, L), Marjasose, Hapankorppu
Päivällinen	Riisipuuro (G, L), Leikkele, Italiansalaatti (L), Luumusoppa
Iltapala	Ruispala (L), Leikkele (L), Hedelmä, Tuorekurkku

Perjantai 25.12.2020 Joulupäivä

Aamupala	Viili/ Jogurtti (L), Makkara (L), Marjat, Leipä
Lounas	Karjalanpaisti (G, L), Perunasose (L), Porkkanalaatikko (G, M,K), Kurkkuinensalaatti
Kasvisruoka	Vegaaninen karjanpaisti (G, L,M,K), Perunasose (G, L),), Porkkanalaatikko (G, M,K), Kurkkuinensalaatti
Välipala	Päärynä-mango smootie (sose) (L), Leipä
Päivällinen	Lohikeitto (G, L), Tomaatti
Iltapala	Sämpylä (L), Makkara (L), Maustekurkku

Lauantai 26.12.2020 Tapaninpäivä

Lounas	Kalkkunafilee, Peruna, Kastike (L), Punajuurivuoka (G, L,M,K), Suvisalaatti
Kasvisruoka	Kasviskaalirösti (G, L) Kastike (G, L), Peruna, Paprikarengas
Välipala	Mustikkamehukeitto, Ruisleipä
Päivällinen	Pinaattikeitto (L), Kananmuna, Karjalanpiirakka (L)
Iltapala	Kuituleipä (L), Leikkele (L), Tuorekurkku

Sunnuntai 27.12.2020

Lounas	Stroganoff (M), Perunasose (L), Italiansalaatti (L)
Kasvisruoka	Juuresmuhennos (G, M), Peruna, Sienisalaatti, Puolukka
Välipala	Karjalanpiirakka (L), Leikkele (L)
Päivällinen	Jauheliuhakeitto (G, L), Tomaatti
Iltapala	Leipä (L), Juusto (L), Paprika, Hedelmä
