

Viikko: 16, 21, 26, 31, 36, 41

I	Pvm	Aamupala	Lounas	Välipala	Päivällinen	Iltapala
Ma	15.4. 20.5. 24.6. 29.7. 2.9. 7.10.	Kaurahiutalepuuro Juusto Vihannes	 Kasvis-makaronilaatikko Salaatti Auringonkukansiemenet	Rouheleipä Leikkele Tuorepala	 Kalakeitto Rieska Hedelmäkiisseli	Aprikoosisipipuuro
Ti	16.4. 21.5. 25.6. 30.7. 3.9. 8.10.	Sydänystävänpuuro Vihannes Tuoremehu	 Jauheliha-perunalaatikko Salaatti	Raparperikiisseli Täysjyväämpylä Kalalevite	 Pinaattikeitto Ruisleipä Kananmuna Hedelmä	Omena-riisipuuro
Ke	17.4. 22.5. 26.6. 31.7. 4.9. 9.10.	Murot Vadelmasose Ruisleipä Leikkele Vihannes	 Broilerikeitto Ruisleipä Mustikkarahka	Mansikka- banaanituorepuuro	Jauhelihipihvit Sinappi-kermakastike Perunat Porkkanat Tomaatti	Perunapiirakka Juurespala Hedelmä
To	18.4. 23.5. 27.6. 1.8. 5.9. 10.10.	4-viljanpuuro Vihannes	 Kalastajanvuoka Porkkanat Salaatti	Sitruuna- mansikkakiisseli Ruissämpylä Tuorepala	 Porkkanasosekeitto Ruispala Juusto Hedelmä	Puolukkavisipipuuro
Pe	19.4. 24.5. 28.6. 2.8. 6.9. 11.10.	Kauralesepuuro Munakokkeli Vihannes	 Jauhelihakeitto Ruisleipä Jäätelö Marjat / hillo	Ruusunmarjarahka Ruisleipä	 Kalkkunakiusaus Salaatti*	Vadelmakiisseli Ruisleipä Tuorepala
La	20.4. 25.5. 29.6. 3.8. 7.9. 12.10.	Mannapuuro Vihannes	Nakkikastike Perunat Salaatti Sekamarjakiisseli	Kaakaopirtelö Ruishapankorppu Tuorepala	 Savunmakuinen lohikeitto Ruisleipä Juurespala	Talon Vaniljajogurtti Persikkasose Täysjyväleipä
Su	21.4. 26.5. 30.6. 4.8. 8.9. 13.10.	Ruishiutalepuuro Mansikkasose Tuoremehu	 Uunibroileri Sitruunakastike Kermaperunat Lämmin kasvis, salaatti Hedelmäsalaatti	Vihannespalat Dippikastike Ruispala	 Ohrapuuro Mansikkakeitto Tuorepala	Appelsiiniikiisseli Ruisleipä Kanamuna


sydänmerkki-ateriassa rasvan ja suolan määrä sekä laatu ovat kohdallaan
*** Sapere**
Joka aterialla on tarjolla leipää, margariinia, maitoa ja piimää.
Iltaisin teetä, kahvia tai kaakaota tilanteen mukaan.

Viikko: 17, 22, 27, 32, 37

II	Pvm	Aamupala	Lounas	Välipala	Päivällinen	Iltapala
Ma	22.4. 27.5. 1.7. 5.8. 9.9.	Vehnähiutalepuuro Vihannes	 Italianpata Salaatti	Rouheleipä Juurespala Hedelmä	Siskonmakkarakeitto Ruisleipä Mustikkakiisseli	Punaherukkavispipuuro
Ti	23.4. 28.5. 2.7. 6.8. 10.9.	Kaurahiutalepuuro Munakokkeli Tuoremehu	 Juustoinen uunikala Perunat Salaatti	Raparperi- mansikkakiisseli Ruisvoileipäkeksi Vihannes	 Kasvissosekeitto Grahamlihapiiirakka Hedelmäkiisseli	Kuningattaren ruispuuro
Ke	24.4. 29.5. 3.7. 7.8. 11.9.	Ohrahiutalepuuro Juusto Vihannes	 Kasvislasagne Salaatti Auringonkukansiemenet	Talon Marjajogurtti Vihannespalat* Ruisleipä	 Kalkkunaviilokki Täysjyväriisi Salaatti	Mehukeitto Täysjyvässämpylä Juurespala
To	25.4. 30.5. 4.7. 8.8. 12.9.	Murot ja marjat Ruisleipä Tuorepala	Uunimakkara Perunasose Salaatti	Ruisleipä Vihannes Hedelmä	 Kesäkeitto Ruispala Leikkele Mansikkakiisseli	Kaura-aprikoosipuuro
Pe	26.4. 31.5. 5.7. 9.8. 13.9.	Kauralesepuuro Leikkele Vihannes	 Lempää kanakeitto Ruisleipä Hedelmä	Porkkanaohukaiset Hillo	 Jauheliha- perunasoselaatikko Salaatti	Lepuska Kananmuna Vihannes
La	27.4. 1.6. 6.7. 10.8. 14.9.	Hyvän elon puuro Hedelmäsose	Kalapyörykät, tillikastike Perunat, lämmin kasvis Kurkku Kuningatarkiisseli	Riisipiirakka Vihannes Juurespala	Nakkikeitto Ruisleipä Hedelmä	Omena-kanelirahka
Su	28.4. 2.6. 7.7. 11.8. 15.9.	4-viljanpuuro Kananmuna Tuoremehu	 Palapaisti, perunat Lämmin kasvis Salaatti Jäätelö Mansikka / hillo	Ruispala Juusto Hedelmä	Riisipuuro Mehukeitto Tuorepala	Aprikoosikiisseli Lihapasteija

Viikko: 18, 23, 28, 33, 38

III	Pvm	Aamupala	Lounas	Välipala	Päivällinen	Iltapala
Ma	29.4. 3.6. 8.7. 12.8. 16.9.	Kaurahiutalepuuro Vihannes	 Porkkanasosekeitto Ruisleipä Leikkele Hedelmä	Riisipiirakka Kalalevite Tuorepala	 Palvarinkiusaus Salaatti	Mustikkapirtelö Ruisleipä Vihannes
Ti	30.4. 4.6. 9.7. 13.8. 17.9.	Riisihiutalepuuro Omenasose Tuoremehu	 Broilerikastike Riisi-ohraseos Salaatti Auringonkukansiemenet	Hedelmämousse Ruishapankorppu Vihannes	 Saariston savukalavuoka Salaatti	Ruissämpylä Vihannes Juurespala
Ke	1.5. 5.6. 10.7. 14.8. 18.9.	Murot ja marjat Ruisleipä Juusto Vihannes	 Lasagne Salaatti	Kolmenmarjankiisseli Kaurakeksit Tuorepala	 Peruna- palsternakkasosekeitto Ruispala Leikkele Hedelmä	Marjavispipuuro
To	2.5. 6.6. 11.7. 15.8. 19.9.	Ruishiutalepuuro Munakokkeli Tuoremehu	 Kalakeitto Ruisleipä Mansikkakiisseli	Grahamlihapiiirakka Tuorepala	 Porkkanapyörykät Juustokastike Perunat Salaatti*	Talon Vadelmajogurtti Ruisleipä Tuorepala
Pe	3.5. 7.6. 12.7. 16.8. 20.9.	Sydänystävänpuuro Tuorepala	 Jauhelihakastike Perunat Salaatti	Marjasalaatti Raejuusto Täysjyväleipä	 Broilerikeitto Rieska Hedelmäkiisseli	Ruis-puolukkapuuro
La	4.5. 8.6. 13.7. 17.8. 21.9.	Orahiutalepuuro Vadelmasose	Makkarapyttipannu Salaatti Maitokiisseli Hillo	Ruisleipä Kananmuna Juurespala	Pinaattiohukaiset Hillo Perunasose Salaatti	Mehukeitto Kaurapala Vihannes
Su	5.5. 9.6. 14.7. 18.8. 22.9.	4-viljanpuuro Kananmuna Vihannes	Siemenleivitetty kala Tilli-kermaviilikastike Perunat Salaatti Sitruunakiisseli	Ruispala Juusto Vihannes	 Mannapuuro Mustikkakeitto Tuorepala	Täysjyvässämpylä Maustamaton jogurtti Marjat

Viikko: 19, 24, 29, 34, 39

IV	Pvm	Aamupala	Lounas	Välipala	Päivällinen	Iltapala
Ma	6.5. 10.6. 15.7. 19.8. 23.9.	Vehnähiutalepuuro Juusto Vihannes	 Lohikeitto Ruispala Hedelmä	Kaurapuikula Raejuusto-munavoi Tuorepala	 Possukastike Perunat Lämmin kasvis Kurkku	Marjakeitto Rouheleipä Vihannes
Ti	7.5. 11.6. 16.7. 20.8. 24.9.	Kaurahiutalepuuro Vihannes	 Jauheliha-makaronilaatikko Salaatti	Mansikka- banaanipirtelö Ruispala	 3-viljanpuuro Mehukeitto Leikkele	Ruispala Kananmuna Vihannes
Ke	8.5. 12.6. 17.7. 21.8. 25.9.	Ruis-ohrapuuro Vihannes Tuoremehu	 Palvarinkastike Perunat Salaatti	Persikkakiisseli Ruisleipä Juurespala*	 Broilerikiusaus Salaatti	Hedelmäkeitto Riisipiirakka Vihannes
To	9.5. 13.6. 18.7. 22.8. 26.9.	Kaakao Rouhesämpylä Kananmuna Vihannes	 Kasvissekeitto Ruisleipä Leikkele Raparperi-mansikkakiisseli	Vihannespalat Dippikastike Ruisleipä	Makkara-juurespata Salaatti	Kaura-aprikoosipuuro
Pe	10.5. 14.6. 19.7. 23.8. 27.9.	4-viljanpuuro Juusto Vihannes	 Broileripasta Salaatti Auringonkukansiemenet	Appelsiini-kiisseli Ruishapankorppu Tuorepala	Kasvispihvit Kermaviilikastike Perunasose Salaatti	Talon Vaniljajogurtti Lepuska Tuorepala
La	11.5. 15.6. 20.7. 24.8. 28.9.	Kauralesepuuro Mustikkasose	Lihapyörykät, kermakastike Perunat Salaatti Jogurttimousse	Marjasalaatti Raejuusto Ruispala	 Kalastajankeitto Ruisleipä Hedelmä	Kaurasämpylä Juurespala Vihannes
Su	12.5. 16.6. 21.7. 25.8. 29.9.	Ruishiutalepuuro Munakokkeli Tuoremehu	 Uunikalkkuna, juustokastike Paahdetut perunat Lämmin kasvis Salaatti Mustaherukkakiisseli	Pulla Hedelmä	 Perunavelli Porkkana-grahampiirakka Kananmuna Vihannes	Omena-vadelma- puolukkapuuro

Viikko: 20, 25, 30, 35, 40

V	Pvm	Aamupala	Lounas	Välipala	Päivällinen	Iltapala
Ma	13.5. 17.6. 22.7. 26.8. 30.9.	Ohrahiutalepuuro Vihannes	 Jauhelihakastike Perunat Salaatti Auringonkukansiemenet	Banaanipirtelö Ruisleipä Tuorepala	 Broilerikeitto Ruisleipä Hedelmä	Mustaherukka- vispipuuro
Ti	14.5. 18.6. 23.7. 27.8. 1.10.	4-viljanpuuro Munakokkeli Tuoremehu	 Tonnikalapasta Salaatti	Suklaakiisseli Kaurapuikula Vihannes	Nakit Perunasose Salaatti	Perunapiirakka Vihannes Juurespala
Ke	15.5. 19.6. 24.7. 28.8. 2.10.	Sydänystävänpuuro Mansikkasose	 Lihakeitto Ruisleipä Hedelmä	Ohukaiset Hillo	 Tomaattikala Perunat Salaatti	Kaurasämpylä Kalalevite Tuorepala*
To	16.5. 20.6. 25.7. 29.8. 3.10.	Murot ja marjat Ruisleipä Juusto Vihannes	 Ohrapuuro Mehukeitto Leikkele	Mangokiisseli Ruissämpylä Juurespala	 Spagettipaistos Salaatti	Omena-kanelikiisseli Ruisleipä Vihannes
Pe	17.5. 21.6. 26.7. 30.8. 4.10.	3-viljanpuuro Kananmuna Tuorepala	Nakkikeitto Ruisleipä Hedelmä	Raparperipaistos Vaniljajääätelö	 Lohilaatikko Salaatti	Marjakiisseli Kinkkupasteija
La	18.5. 22.6. 27.7. 31.8. 5.10.	Ruishiutalepuuro Omenasose	 Broilerikastike Täysjyväriisi / perunat Salaatti Mansikkakiisseli	Ruispala Juusto Vihannes	 Juuressosekeitto Ruisleipä Leikkele Hedelmä	Kuningattaren ruispuuro
Su	19.5. 23.6. 28.7. 1.9. 6.10.	Kauralesepuuro Vihannes	Jauhelihamureke Pippuri-kermakastike Perunat, lämmin kasvis Salaatti Mustikkakiisseli	Vihannespalat Dippikastike Ruisleipä	Riisipuuro Omenasose Juurespala	Talon Hedelmäjogurtti Ruisleipä Tuorepala