

## PERUS Pienet yksiköt ruokalista 9.10.23-31.3.2024

### VIIKKO 41,46,51,4,9

Kaikilla aterioilla on tarjolla leipää,  
kasvirasvavevitettä, maitoa ja piimää.

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
<b>Aamupala</b> Kaurahiutalepuuro Leikkele Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Sydänystävänpuuro Mansikkasose Leikkele Tuoremehu	<b>Aamupala</b> 3-viljanpuuro Leikkele Vihannes	<b>Aamupala</b> Kauralesepuuro Juusto Hedelmäse	<b>Aamupala</b> 4-viljan puuro Munakokkeli Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Mannapuuro Marjasekoitus Juusto Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Ruishiutalepuuro Kananmuna Vihannes
<b>Lounas</b> Cappellin kana- pastavuoka Rapea-tomaatti- kurkkusalaatti Mustikkakiisseli	<b>Lounas</b> Jauhelihakastike Perunat Kaali-kurkku- keltainen paprikasalaatti Marjajogurtti	<b>Lounas</b> Tomaattikala Perunat Rapea- mangokurpitsa- retiisisalaatti Puolukkamousse	<b>Lounas</b> Potlohko Rapea-tomaatti- maissisalaatti Kolmenmarjankiisseli	<b>Lounas</b> Broilerikeitto Ruisleipä Hedelmärahka	<b>Lounas</b> Possukastike Perunasose Lämmin kasvis Rapea-tomaatti- hunajamelonisalaatti Kermajäätelö Marjainen hillo	<b>Lounas</b> Jauhelihapihvit Ruskea kastike Perunat Vihersalaattisekoitus -kurkku-tomaatti Aprikoosikiisseli Kermavaahto
<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä
<b>Päivällinen</b> Kasvissekoitus Juusto Palaruisleipä Hedelmä	<b>Päivällinen</b> Keltainen broileri- kasvisvuoka Rapea-tomaatti- ananassalaatti	<b>Päivällinen</b> Riistakiusaus Punakaali-rapea- porkkanasalaatti	<b>Päivällinen</b> Juusto-kasviskeitto Ruisleipä Leikkele Vihannes	<b>Päivällinen</b> Spagettipaistos Porkkanaraaste	<b>Päivällinen</b> Kalamuru- perunavuoka Rapea-porkkana- kurpitsasalaatti	<b>Päivällinen</b> Peruna-palsternakka sekoitus Ruisleipä Leikkele Hedelmä
<b>Iltapala</b> Maustettu viili Ruisleipä Leikkele	<b>Iltapala</b> Riisipiirakka Munavoi Vihannes	<b>Iltapala</b> Kinkkujuustopiirakka Vihannes	<b>Iltapala</b> Kolmenmarjankiisseli Rieska Vihannes	<b>Iltapala</b> Hedelmärahka Ruisleipä Vihannes	<b>Iltapala</b> Omena-vadelma- puolukkapuuro	<b>Iltapala</b> Rouheleipä Lihahyytelö Vihannes

## PERUS Pienet yksiköt ruokalista 9.10.23-31.3.2024

Kaikilla aterioilla on tarjolla leipää,  
kasvirasvaveitettä, maitoa ja piimää.

### VIIKKO

42,47,52,5,10

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
<b>Aamupala</b> Vehnähiutalepuuro Juusto Vihannes	<b>Aamupala</b> Kaurahiutalepuuro Munakokkeli Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Orahiutalepuuro Leikkele Hedelmäsose	<b>Aamupala</b> Hyvän elon puuro Marjasekoitus Juusto Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Kauralesepuuro Kananmuna Vihannes Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Ruishiutalepuuro Leikkele Vihannes	<b>Aamupala</b> 4-viljan puuro Mansikkasose Juusto Tuoremehu
<b>Lounas</b> Makkarakastike Perunat Rapea-kurkku- kukkakaalisalaatti Karviaiskiisseli	<b>Lounas</b> Kalastajan vuoka Punajuuri- kaalisalaatti Puolukkavispipuuro	<b>Lounas</b> Broilerikastike Täysjyväriisi Rapea- mangokurpitsa- kurkkusalaatti Ruusunmarjarahka	<b>Lounas</b> Jauheliha- perunalaatikko Porkkana- ananasraaste Punaherukkakiisseli	<b>Lounas</b> Kalakeitto Ruispuikula Omenapaistos Vaniljakastike	<b>Lounas</b> Merimiespihvit talon tapaan Punakaali-rapea- porkkanasalaatti Marjakiisseli	<b>Lounas</b> Uunibroileri Curry-kermakastike Perunaa Talon tapaan Rapea- mustaherukka- salaatti Hedelmäsalaatti
<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä
<b>Päivällinen</b> Juusto- kalkkunakeitto Rouheleipä Hedelmä	<b>Päivällinen</b> Lihapyörökät Kermakastike Perunasose Rapea-tomaatti- hunajamelonisalaatti	<b>Päivällinen</b> Kasvislasagne Kaali-tomaatti- keltainen paprikasalaatti	<b>Päivällinen</b> Pinaattikeitto Kananmuna Ruisleipä Hedelmä	<b>Päivällinen</b> Kinkku-kasvisvuoka Kiinankaali-kurkku- ananas-purjosalaatti Raejuusto	<b>Päivällinen</b> Purjo- perunasosekeitto Riisipiirakka Munavoi Hedelmä	<b>Päivällinen</b> Ohrapuuro Mehukeitto Ruisleipä Leikkele
<b>Iltapala</b> Täysjyväsämpylä Leikkele Vihannes	<b>Iltapala</b> Puolukkavispipuuro	<b>Iltapala</b> Ruusunmarjarahka Rieska Vihannes	<b>Iltapala</b> Punaherukkakiisseli Rouheleipä Leikkele	<b>Iltapala</b> Ruisleipä Juusto Vihannes	<b>Iltapala</b> Graham- mustikkapuuro	<b>Iltapala</b> Rouheleipä Tuorejuusto Vihannes

## PERUS Pienet yksiköt ruokalista 9.10.23-31.3.2024

**Kaikilla aterioilla on tarjolla leipää,  
kasvivasvavitettä, maitoa ja piimää.**

### VIIKKO

**43,48,1,6,11**

<b>Maanantai</b>	<b>Tiistai</b>	<b>Keskiviikko</b>	<b>Torstai</b>	<b>Perjantai</b>	<b>Lauantai</b>	<b>Sunnuntai</b>
<b>Aamupala</b> Kaurahiutalepuuro Leikkele Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Riisihiutalepuuro Juusto Mansikkasose	<b>Aamupala</b> Ruishiutalepuuro Munakokkeli Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Mannapuuro Leikkele Vihannes	<b>Aamupala</b> Sydänystävänpuuro Kananmuna Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Orahiutalepuuro Leikkele Tuoremehu	<b>Aamupala</b> 4-viljan puuro Juusto Hedelmäsose
<b>Lounas</b> Juuessosekeitto Ruisleipä Juusto Ruusunmarjakiisseli	<b>Lounas</b> Kanabolognaise Perunat Kiinankaali- punakaali- mustaherukka- kurkkusalaatti Mangorahka	<b>Lounas</b> Tonnikalamusaka Punajuuri-porkkana- lantturaaste Herukkakiisseli	<b>Lounas</b> Hernekeitto Ruisleipä Pannukakku Marjainen hillo	<b>Lounas</b> Broileripasta Rapea-tomaatti- punakaalisalaatti Vaniljajogurtti Marjasekoitus	<b>Lounas</b> Palapaisti Perunasose Rapea-porkkana- ananassalaatti Mustikkarahka	<b>Lounas</b> Uunikirjolohti Ruohosipulikastike Perunat Vihersalaattisekoitus -kurkku-tomaatti Sitruuna- mansikkakiisseli Rahka-kermavaahto
<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä
<b>Päivällinen</b> Rapea seitipala Tartarkastike Pinaatti-perunasose Kaali-tomaatti- keltainen paprikasalaatti	<b>Päivällinen</b> Willimiehen pata Tomaattilohko Kurkkuviipale	<b>Päivällinen</b> Minestronekeitto Rieska Hedelmä	<b>Päivällinen</b> Saariston savukalavuoka Rapea-kurkku- persikkasalaatti	<b>Päivällinen</b> Tortillat Jauhelihatexmex Rapea-kurkku- maissisalaatti	<b>Päivällinen</b> Kalkkuna-kasviskeitto Ruisleipä Juusto Vihannes	<b>Päivällinen</b> Riisipuuro Marjakeitto Ruisleipä Lihahyytelö
<b>Iltapala</b> Ruusunmarjakiisseli Perunalepuska Leikkele	<b>Iltapala</b> Mangorahka Täysjyväämpylä Vihannes	<b>Iltapala</b> Herukkakiisseli Rouheleipä Maksamakkara	<b>Iltapala</b> Riisi- kananmunapiirakka Hedelmäkeitto	<b>Iltapala</b> Vaniljajogurtti Marjasekoitus Ruisleipä Leikkele	<b>Iltapala</b> Kuningattaren ruispuuro	<b>Iltapala</b> Liha-riisipasteija Vihannes

## PERUS Pienet yksiköt ruokalista 9.10.23-31.3.2024

Kaikilla aterioilla on tarjolla leipää,  
kasvirasvaveitettä, maitoa ja piimää.

### VIKKO

44,49,2,7,12

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
<b>Aamupala</b> Vehnähiutalepuuro Leikkele Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Kaurahiutalepuuro Juusto Tuoreita kasviksia	<b>Aamupala</b> Ruis- ohrahiutalepuuro Marjasekoitus Juusto Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Hyvän elon puuro Leikkele Mansikkasose Vihannes	<b>Aamupala</b> 4-viljan puuro Kananmuna Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Kauralesepuuro Juusto Vihannes	<b>Aamupala</b> Ruishiutalepuuro Munakokkeli Tuoremehu
<b>Lounas</b> Curryporsas Perunat Höyrytetyt porkkanat Rapea-tomaatti- kurkkusalaatti Vadelmakiisseli	<b>Lounas</b> Broilerikiusaus Punakaali- mustaherukka- salaatti Hedelmäjogurtti	<b>Lounas</b> Juustoinen uunikala Perunat Kaali-kurkku- maissisalaatti Mustaherukkakiisseli	<b>Lounas</b> Kaalilaatikko Porkkanaraaste Puolukkasurvos Aprikoosivispipuuro	<b>Lounas</b> Kalastajan keitto Ruispuikula Marjapaistos Vaniljakastike	<b>Lounas</b> Riistamiehen kastike Perunat Rapea- mangokurpitsa- kurkkusalaatti Omena-kanelikiisseli	<b>Lounas</b> Pedron kanapata Kermaperunat Rapea-tomaatti- purjosalaatti Mansikkarahka
<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä
<b>Päivällinen</b> Kirkas lohikeitto Ruisleipä Leikkele Vihannes	<b>Päivällinen</b> Kinkkukastike Perunat Lanttu-porkkana- retikkaraaste	<b>Päivällinen</b> Liha-juurespata Rapea-tomaatti- ananassalaatti	<b>Päivällinen</b> Nakkikeitto Ruisleipä Juusto Hedelmä	<b>Päivällinen</b> Broileri- makaronilaatikko Kaali-tomaatti- kesäkurpitsasalaatti	<b>Päivällinen</b> Tonnikalapizza Porkkana- mandariiniraaste	<b>Päivällinen</b> Jauhelihakeitto Täysjyväsämpylä Vihannes
<b>Iltapala</b> Vadelmakiisseli Rouheleipä Juusto	<b>Iltapala</b> Porkkana- grahampiirakka Vihannes	<b>Iltapala</b> Mehukeitto Täysjyväleipä Leikkele Vihannes	<b>Iltapala</b> Aprikoosivispipuuro	<b>Iltapala</b> Riisipiirakka Juusto Vihannes	<b>Iltapala</b> Omena-kanelikiisseli Kaurapala	<b>Iltapala</b> Mansikkarahka Ruisleipä Leikkele

## PERUS Pienet yksiköt ruokalista 9.10.23-31.3.2024

Kaikilla aterioilla on tarjolla leipää,  
kasvirasvavitettä, maitoa ja piimää.

**VIKKO**  
**45,50,3,8,13**

<b>Maanantai</b>	<b>Tiistai</b>	<b>Keskiviikko</b>	<b>Torstai</b>	<b>Perjantai</b>	<b>Lauantai</b>	<b>Sunnuntai</b>
<b>Aamupala</b> 3-viljanpuuro Juusto Vihannes	<b>Aamupala</b> Kaurahiutalepuuro Marjasose Leikkele Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Sydänystävänpuuro Hedelmäsose Leikkele Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Ruishiutalepuuro Munakokkeli Vihannes	<b>Aamupala</b> Kauralesepuuro Juusto Vihannes	<b>Aamupala</b> Orahiutalepuuro Kananmuna Tuoremehu	<b>Aamupala</b> 4-viljan puuro Marjasekoitus Leikkele Tuoremehu
<b>Lounas</b> Kasvimoussaka Punakaali-rapea- porkkanasalaatti Raejuusto Appelsiiniikiisseli	<b>Lounas</b> Jauheliha- makaronilaatikko Juuresraaste Suklaakiisseli	<b>Lounas</b> Lempeä kanakeitto Ruisleipä Kuningatarrahka	<b>Lounas</b> Uunimakkara Perunasose Rapea-tomaatti- kurkkusalaatti Mansikkakiisseli	<b>Lounas</b> Kirjolahikiusaus Kaali-kurkku- kurpitsasalaatti Ohukaiset Marjainen hillo	<b>Lounas</b> Kalkkunaviilokki Perunat Höyrytetyt parsakaalit Tomaattilohkot Jogurtti- mangomousse	<b>Lounas</b> Karjalanpaisti Perunat Uunijuurekset Vihersalaattisekoitus -kurkku-tomaatti Puolukkakiisseli Kermavaahto
<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä
<b>Päivällinen</b> Suikalelihakastike Perunasose Rapea-kurkku- ananassalaatti	<b>Päivällinen</b> Koskenlaskijan kalakeitto Ruisleipä Ruispuolukkapuuro	<b>Päivällinen</b> Kasvispihvit Juustokastike Perunat Rapea-kesäkurpitsa- paprikasalaatti	<b>Päivällinen</b> Kasvis-kaalikeitto Ruisleipä Juusto Punaherukka- vispipuuro	<b>Päivällinen</b> Lapin ukon keitto Ruisleipä Hedelmä	<b>Päivällinen</b> Keitetyt nakit Paahdetut perunat Dippikastike Rapea-tomaatti- paprikasalaatti	<b>Päivällinen</b> Mannapuuro Hedelmäkeitto Ruisleipä Juusto
<b>Iltapala</b> Appelsiiniikiisseli Kaurasämpylä Leikkele	<b>Iltapala</b> Rouheleipä Kananmuna Vihannes	<b>Iltapala</b> Kuningatarrahka Ruisleipä Vihannes	<b>Iltapala</b> Grahamlihapiirakka Vihannes	<b>Iltapala</b> 4-viljan leipä Leikkele Vihannes	<b>Iltapala</b> Jogurtti- mangomousse Rouheleipä	<b>Iltapala</b> Vatruska Tuorejuusto Vihannes