

Pienet yksiköt ruokalista  
28.3.-9.10.2022

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

**Viikko 13, 18, 23,  
28, 33, 38**

**MAANANTAI**

**Aamupala**

Kaurahiutalepuuro  
Juusto  
Vihannes  
Tuoremehu

**Lounas**

Nakkikastike  
Perunat  
Lämmin vihanneslisäke  
Maustekurkku  
Vadelmakiisseli

**Päiväkahvi**

**Päivällinen**

Juusto-kalkkunakeitto  
Ruisleipä  
Hedelmä

**Iltapala**

Vadelmakiisseli  
Rieska  
Juusto

**TIISTAI**

**Aamupala**

Sydänystävänpuuro  
Kananmuna  
Vihannes  
Tuoremehu

**Lounas**

Silakkapihvit  
Tilli-kermaviilikastike  
Perunasose  
Rapea-porkkana-ananas-  
salaatti  
Mangorahka

**Päiväkahvi**

**Päivällinen**

Jauheliha-kaalipata  
Puolukkaa  
Rapea-tomaatti-kurkku-  
salaatti

**Iltapala**

Mangorahka  
Leikkele  
Ruisleipä

**KESKIVIIKKO**

**Aamupala**

3-viljanpuuro  
Leikkele  
Vihannes  
Tuoremehu

**Lounas**

Broilerikeitto  
Rouhesämpylä  
Mansikkakiisseli  
Rahka-kermavaahto

**Päiväkahvi**

**Päivällinen**

Lohilaatikko  
Punajuurisalaatti

**Iltapala**

Mansikkakiisseli  
Rouheleipä  
Leikkele

**TORSTAI**

**Aamupala**

4-viljan puuro  
Juusto  
Vihannes  
Tuoremehu

**Lounas**

Liha-spagettivuoka  
Rapea-kiinankaali-kurkku-  
kurpitsasalaatti  
Maitokiisseli  
Marjasekoitus

**Päiväkahvi**

**Päivällinen**

Porkkanasosekeitto  
Leikkele  
Palaruisleipä  
Hedelmä

**Iltapala**

Graham-mustikkapuuro  
Ruisleipä  
Juusto

**PERJANTAI**

**Aamupala**

Kauralesepuuro  
Juusto  
Vihannes  
Tuoremehu

**Lounas**

Kalakeitto  
Ruisleipä  
Aprikoosivispipuuro

**Päiväkahvi**

**Päivällinen**

Riistakiusaus  
Rapea-kurkku-paprika-  
salaatti

**Iltapala**

Perunapiirakka  
Leikkele  
Vihannes

**LAUANTAI**

**Aamupala**

Ruishiutalepuuro  
Munakokkeli  
Vihannes  
Tuoremehu

**Lounas**

Broilerikastike  
Perunat  
Höyrytetty porkkanat  
Punakaali-kukkakaali-  
ananasraaste  
Marjainen rahkajogurtti

**Päiväkahvi**

**Päivällinen**

Ohrapuuro  
Hedelmäseose  
Leikkele

**Iltapala**

Grahamlihapiirakka  
Vihannes

**SUNNUNTAI**

**Aamupala**

Mannapuuro  
Leikkele  
Vihannes  
Tuoremehu

**Lounas**

Sitruuna-persiljaleivitetty  
hietakampelafilee  
Ruohosipulikastike  
Perunasose  
Rapea-persikka-  
kesäkurpitsasalaatti  
Raparperi-mansikkakiisseli

**Päiväkahvi**

**Päivällinen**

Pinaattikeitto  
Kananmuna  
Ruisleipä  
Hedelmäsalatit

**Iltapala**

Raparperi-mansikkakiisseli  
Ruisleipä  
Juusto

Pienet yksiköt ruokalista  
28.3.-9.10.2022

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

**Viikko 14, 19, 24,  
29, 34, 39**

**MAANANTAI**

**Aamupala**

3-viljanpuuro  
Leikkele  
Vihannes  
Tuoremehu

**Lounas**

Broilerikiusaus  
Rapea-tomaatti-kurkku-  
salaatti  
Mustikkakiisseli

**Päiväkahvi**

**Päivällinen**

Kinkku-kasvisvuoka  
Kaali-tomaatti-persikka-  
salaatti

**Iltapala**

Mustikkakiisseli  
Porkkana-riisipiirakka  
Juusto

**TIISTAI**

**Aamupala**

Kauralesepuuro  
Juusto  
Vihannes  
Tuoremehu

**Lounas**

Makkarakastike  
Perunat  
Lämmin vihanneslisäke  
Tillikurkut  
Suklaakiisseli

**Päiväkahvi**

**Päivällinen**

Broileripyttipannu  
Curry-kermakastike  
Porkkanaraaste  
Raejuusto

**Iltapala**

Rouheleipä  
Munavoi  
Vihannes

**KESKIVIIKKO**

**Aamupala**

Ohrahiutalepuuro  
Leikkele  
Vihannes  
Tuoremehu

**Lounas**

Saariston savukalavuoka  
Rapea-tomaatti-maissi-  
salaatti  
Banaanipirtelö

**Päiväkahvi**

**Päivällinen**

Kasvisosekeitto  
Leikkele  
Ruisleipä  
Hedelmäpuuro

**Iltapala**

Jauhelihapiirakka  
Banaanipirtelö

**TORSTAI**

**Aamupala**

Kaurahiutalepuuro  
Munakokkeli  
Vihannes  
Tuoremehu

**Lounas**

Lempää kanakeitto  
Ruisleipä  
Persikka-vadelmakiisseli

**Päiväkahvi**

**Päivällinen**

Kuorrutettu kalavuoka  
Juuresraaste

**Iltapala**

Persikka-vadelmakiisseli  
Rieska  
Juusto

**PERJANTAI**

**Aamupala**

Ruishiutalepuuro  
Juusto  
Vihannes  
Tuoremehu

**Lounas**

Porkkanapyörökät  
Tartarkastike  
Perunat  
Rapea-persikka-  
kesäkurpitsasalaatti  
Ruusunmarjakiisseli

**Päiväkahvi**

**Päivällinen**

Broileri-makaronilaatikko  
Uunipunajuuret  
Kurkku

**Iltapala**

Jyväinen kaurasämpylä  
Munavoi  
Vihannes

**LAUANTAI**

**Aamupala**

Hyvän elon puuro  
Leikkele  
Vihannes  
Tuoremehu

**Lounas**

Merimiehen kalakiusaus  
Kaali-kurkku-tomaatti-  
salaatti  
Mansikkarahka

**Päiväkahvi**

**Päivällinen**

Keitetyt nakit  
Ruskea kastike  
Perunasose  
Rapea-maissi-punainen  
paprikasalaatti

**Iltapala**

Mansikkarahka  
Ruisleipä  
Juusto

**SUNNUNTAI**

**Aamupala**

4-viljan puuro  
Kananmuna  
Vihannes  
Tuoremehu

**Lounas**

Palapaisti  
Perunat  
Sekavihannes  
Rapea-tomaatti-punakaali-  
salaatti  
Jäätelö  
Marjainen hillo

**Päiväkahvi**

**Päivällinen**

Kinkkupizza  
Rapea-kiinankaali-kurkku-  
kurpitsasalaatti

**Iltapala**

Liha-riisipasteija  
Mehukeitto

Pienet yksiköt ruokalista  
28.3.-9.10.2022

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

**Viikko 15, 20, 25,  
30, 35, 40**

<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 Juusto Vihannes Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Riisihiutalepuuro Leikkele Vihannes Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Sydänystävänpuuro Leikkele Vihannes Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Ruishiutalepuuro Munakokkeli Vihannes Tuoremehu	<b>Aamupala</b> 3-viljanpuuro Juusto Vihannes Tuoremehu	<b>Aamupala</b> 4-viljan puuro Juusto Vihannes Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Ohrahiutalepuuro Kananmuna Vihannes Tuoremehu
<b>Lounas</b> Jauhelihakeitto Ruisleipä Vaniljajogurtti Marjat	<b>Lounas</b> Tomaattikala Perunat Rapea-kesäkurpitsa- paprikasalaatti Mustaherukkakiisseli	<b>Lounas</b> Lasagne Kiinankaali-kurkku-ananas- purjosalaatti Mangokiisseli	<b>Lounas</b> Lohikeitto Ruisleipä Persikkarahka	<b>Lounas</b> Juustoinen broilerikastike Perunat Rapea-puna-maissisalaatti Raparperi-mansikkakiisseli	<b>Lounas</b> Suikalelihakastike Perunat Lämmin vihanneslisäke Etikkapunajuuret Marjakiisseli	<b>Lounas</b> Mandariinibroileri Perunat Höyrytetyt parsakaalit Rapea-tomaatti-kurkku- salaatti Sitruunamousse
<b>Päiväkahvi</b>	<b>Päiväkahvi</b>	<b>Päiväkahvi</b>	<b>Päiväkahvi</b>	<b>Päiväkahvi</b>	<b>Päiväkahvi</b>	<b>Päiväkahvi</b>
<b>Päivällinen</b> Broileri-juureskiausaus Vihersalaattisekoitus-kurkk u-tomaattisalaatti	<b>Päivällinen</b> Kesäkeitto Leikkele Ruisleipä Ohukaiset Omena-puolukkahillo	<b>Päivällinen</b> Kalapyörykät Tillikastike Perunat Uunijuurekset Tomaatti	<b>Päivällinen</b> Jauheliha-perunasoselaati kko Porkkanaraaste Maustekurkku	<b>Päivällinen</b> Talonpojan nakkimunakas Kaali-kurpitsapikkelsi- salaatti	<b>Päivällinen</b> Mannapuuro Hedelmäkeitto Leikkele	<b>Päivällinen</b> Saariston savukalavuoka Rapea-kurkku-kukkakaali- salaatti
<b>Iltapala</b> Puolukkavispipuuro Rieska Vihannes	<b>Iltapala</b> Ruisleipä Juusto Vihannes	<b>Iltapala</b> Riisipiirakka Munavoi Vihannes	<b>Iltapala</b> Persikkarahka Ruisleipä Leikkele	<b>Iltapala</b> Raparperi-mansikkakiisseli Ruisleipä Leikkele	<b>Iltapala</b> Kaurasämpylä Leikkele Vihannes	<b>Iltapala</b> Kauralihapiirakka Mehukeitto

Pienet yksiköt ruokalista  
28.3.-9.10.2022

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

**Viikko 16, 21, 26,  
31, 36**

**MAANANTAI**

**Aamupala**  
Kaurahiutalepuuro  
Juusto  
Vihannes  
Tuoremehu

**Lounas**

Kanabolognaise  
Perunat  
Kaali-kurkku-keltainen  
paprikasalaatti  
Puolukkarahka

**Päiväkahvi**

**Päivällinen**

Jauheliha-kasvispata  
Höyrytetyt porkkanat  
Kurkku

**Iltapala**

Puolukkarahka  
Ruisleipä  
Leikkele

**TIISTAI**

**Aamupala**  
Vehnähiutalepuuro  
Juusto  
Vihannes  
Tuoremehu

**Lounas**

Kalastajan vuoka  
Rapea-persikka-  
kesäkurpitsasalaatti  
Mansikkakiisseli

**Päiväkahvi**

**Päivällinen**

Kasvisseikeitto  
Juusto  
Ruisleipä  
Puolukka-vanilja-kaura-  
jogurtti

**Iltapala**

Mansikkakiisseli  
Palaruisleipä  
Juusto

**KESKIVIIKKO**

**Aamupala**  
Ruis-ohrahiutalepuuro  
Kananmuna  
Vihannes  
Tuoremehu

**Lounas**

Hernepihvit  
Kermakastike  
Juures-perunasose  
Rapea-tomaatti-punakaali-  
salaatti  
Aprikoosikiisseli

**Päiväkahvi**

**Päivällinen**

Juusto-kalkkunakeitto  
Ruisleipä  
Hedelmä

**Iltapala**

Porkkana-riisipiirakka  
Raejuusto-munavoi  
Vihannes

**TORSTAI**

**Aamupala**  
3-viljanpuuro  
Leikkele  
Vihannes  
Tuoremehu

**Lounas**

Jauheliha-makaronilaatik-  
ko  
Maissi-porkkanaraaste  
Marjavispipuuro

**Päiväkahvi**

**Päivällinen**

Kermainen  
lohi-kasvispannu  
Kaali-kurkku-tomaatti-  
salaatti

**Iltapala**

Marjavispipuuro  
Ruisleipä  
Vihannes

**PERJANTAI**

**Aamupala**  
4-viljan puuro  
Juusto  
Vihannes  
Tuoremehu

**Lounas**

Broilerikeitto  
Ruisleipä  
Hedelmäsalatti  
Vaniljakastike

**Päiväkahvi**

**Päivällinen**

Kasvispyörökät  
Juustokastike  
Perunat  
Kiinankaali-porkkana-  
retikkasalaatti

**Iltapala**

Perunalepuska  
Leikkele  
Vihannes

**LAUANTAI**

**Aamupala**  
Kauralesepuuro  
Juusto  
Vihannes  
Tuoremehu

**Lounas**

Janssoninkiusaus  
Vihersalaattisekoitus-  
kurkku-tomaattisalaatti  
Jogurtti-mangomousse

**Päiväkahvi**

**Päivällinen**

Nakkikeitto  
Rouheleipä  
Suklaamannapuuro

**Iltapala**

Porkkana-kaurasämpylä  
Leikkele  
Vihannes

**SUNNUNTAI**

**Aamupala**  
Ruishiutalepuuro  
Munakokkeli  
Vihannes  
Tuoremehu

**Lounas**

Lindströminpihvit  
Haudutetut sipulit  
Ruskea kastike  
Perunasose  
Lehtisalaatti  
Punaherukkakiisseli  
Rahka-kermavaahto

**Päiväkahvi**

**Päivällinen**

Ohrapuuro  
Marjasose  
Leikkele

**Iltapala**

Maustettu viili  
Rouheleipä  
Juusto

Pienet yksiköt ruokalista  
28.3.-9.10.2022

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

**Viikko 17, 22, 27,  
32, 37**

<b>MAANANTAI</b>	<b>TIISTAI</b>	<b>KESKIVIikko</b>	<b>TORSTAI</b>	<b>PERJANTAI</b>	<b>LAUANTAI</b>	<b>SUNNUNTAI</b>
<b>Aamupala</b> Hyvän elon puuro Juusto Vihannes Tuoremehu	<b>Aamupala</b> 4-viljan puuro Munakokkeli Vihannes Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Ohrahiutalepuuro Juusto Vihannes Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Sydänystävänpuuro Juusto Vihannes Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Kaurahiutalepuuro Kananmuna Vihannes Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Ruishiutalepuuro Leikkele Vihannes Tuoremehu	<b>Aamupala</b> 3-viljanpuuro Juusto Vihannes Tuoremehu
<b>Lounas</b> Jauhelihakastike Perunat Rapea-tomaatti-kurkku- salaatti Appelsiiniikiisseli	<b>Lounas</b> Sitruunainen kala Perunasose Kiinankaali-maissi-retiisi- salaatti Ruusunmarjakiisseli	<b>Lounas</b> Jauheliha-perunalaatikko Rapea-kurkku-paprika- salaatti Puolukkavispipuuro	<b>Lounas</b> Kalastajan keitto Ruisleipä Raparperipaistos Vaniljakastike	<b>Lounas</b> Cappellin kana-pastavuoka Kaali-porkkana-mandariini salaatti Omena-kanelikiisseli	<b>Lounas</b> Possukastike Perunat Uunijuurekset Maustekurkku Sitruunakiisseli	<b>Lounas</b> Pedron kanapata Perunat Höyrytetyt parsakaalit Isoäidin lehtisalaatti Mustikka-vadelmamousse
<b>Päiväkahvi</b>	<b>Päiväkahvi</b>	<b>Päiväkahvi</b>	<b>Päiväkahvi</b>	<b>Päiväkahvi</b>	<b>Päiväkahvi</b>	<b>Päiväkahvi</b>
<b>Päivällinen</b> Juuresosekeitto Leikkele Raparperi-mansikkapuuro	<b>Päivällinen</b> Makkarapyttipannu Höyrytetyt porkkanat Kurkku	<b>Päivällinen</b> Broileripyörykät Curry-kermakastike Perunat Porkkanaraaste	<b>Päivällinen</b> Liha-juurespata Rapea-tomaatti-ananas- salaatti	<b>Päivällinen</b> Mantelikala Perunasose Vihersalaattisekoitus- kurkku-tomaattisalaatti	<b>Päivällinen</b> Riisipuuro Marjasose Leikkele	<b>Päivällinen</b> Tortilla vehnästä Jauhelihatexmex Rapea-tomaatti-kurkku- salaatti
<b>Iltapala</b> Ruisleipä Leikkele Vihannes	<b>Iltapala</b> Ruusunmarjakiisseli Ruisleipä Juusto	<b>Iltapala</b> Kauranappi Vihannes Juusto	<b>Iltapala</b> Ruisleipä Leikkele Vihannes	<b>Iltapala</b> Omena-kanelikiisseli Porkkana-grahampiiirakka	<b>Iltapala</b> Ruissämpylä Leikkele Hedelmä	<b>Iltapala</b> Hedelmäjuogurtti Ruisleipä Juusto