

**Viikko 13, 18, 33, 38**

**MAANANTAI**

**Kasvislounas**

Kesäkurpitsa-pastavuoka  
Kaali-kurkku-tomaattisalaatti  
Näkkileipä, levite ja maito

**Lounas**

Nakkikastike  
Perunat  
Kaali-kurkku-tomaattisalaatti  
Näkkileipä, levite ja maito

**TIISTAI**

**Kasvislounas**

Pinaattikeitto  
Kananmuna  
Rapea-porkkana-ananassalaatti  
Ruisleipä, levite ja maito

**Lounas**

Silakkapihvit  
Tilli-kermaviilikastike  
Perunasose  
Rapea-porkkana-ananassalaatti  
Ruisleipä, levite ja maito

**KESKIVIIKKO**

**Kasvislounas**

Linssi-perunakiusaus  
Punakaali-kurkku-mustaherukkasalaatti  
Mansikkakiisseli  
Ruisleipä, levite ja maito

**Lounas**

Broilerikeitto  
Punakaali-kurkku-mustaherukkasalaatti  
Mansikkakiisseli  
Ruisleipä, levite ja maito

**TORSTAI**

**Kasvislounas**

Keltainen papucurry  
Keitetyt vehnäinjyvät  
Rapea-kiinankaali-kurkku-  
kurpitsasalaatti  
Näkkileipä, levite ja maito

**Lounas**

Liha-spagettivuoka  
Rapea-kiinankaali-kurkku-  
kurpitsasalaatti  
Näkkileipä, levite ja maito

**PERJANTAI**

**Kasvislounas**

Kasvismuussaka  
Rapea-maissisalaatti + Yrttimarinoit  
kasvikset  
Ruisleipä, levite ja maito

**Lounas**

Kalakeitto  
Rapea-maissisalaatti + Yrttimarinoit  
kasvikset  
Ruisleipä, levite ja maito

**Viikko 14, 19, 34, 39**

**MAANANTAI**

**Kasvislounas**

Valkopapu-juuressosekeitto  
Rapea-tomaatti-kurkkusalaatti  
Ruisleipä, levite ja maito

**Lounas**

Broilerikiusaus  
Rapea-tomaatti-kurkkusalaatti  
Ruisleipä, levite ja maito

**TIISTAI**

**Kasvislounas**

Pesto-pasta  
Mehevä kaali-retiisisalaatti  
Näkkileipä, levite ja maito

**Lounas**

Makkarakastike  
Perunat  
Mehevä kaali-retiisisalaatti  
Näkkileipä, levite ja maito

**KESKIVIIKKO**

**Kasvislounas**

Riisipuuro  
Marjakeitto  
Juusto  
Rapea-tomaatti-marinoitu papusalaatti  
Näkkileipä, levite ja maito

**Lounas**

Tonnikalapasta  
Rapea-tomaatti-marinoitu papusalaatti  
Näkkileipä, levite ja maito

**TORSTAI**

**Kasvislounas**

Juures-härkäpapuvuoka  
Kaali-paprika-ananassalaatti  
Ruisleipä, levite ja maito

**Lounas**

Lempeä kanakeitto  
Kaali-paprika-ananassalaatti  
Ruisleipä, levite ja maito

**PERJANTAI**

**Kasvislounas**

Porkkanapyörökät  
Tartarkastike  
Perunat  
Rapea-persikka-kesäkurpitsasalaatti  
Näkkileipä, levite ja maito

**Lounas**

Jokapojan kalapaukot  
Tartarkastike  
Perunat  
Rapea-persikka-kesäkurpitsasalaatti  
Näkkileipä, levite ja maito

**Viikko 15, 20, 35, 40**

**MAANANTAI**

**Kasvislounas**

Tomaattinen italianpata  
Rapea-kiinankaali-kurkku-  
kurpitsasalaatti  
Hedelmä  
Ruisleipä, levite ja maito

**Lounas**

Jauhelihakeitto  
Rapea-kiinankaali-kurkku-  
kurpitsasalaatti  
Hedelmä  
Ruisleipä, levite ja maito

**TIISTAI**

**Kasvislounas**

Juressosekeitto  
Rapea-kesäkurpitsa-paprikasalaatti  
Raejuusto  
Ruisleipä, levite ja maito

**Lounas**

Tomaattikala  
Perunat  
Rapea-kesäkurpitsa-paprikasalaatti  
Ruisleipä, levite ja maito

**KESKIVIIKKO**

**Kasvislounas**

Värikäs kasviskastike  
Perunat  
Kiinankaali-kurkku-ananas-purjosalaatti  
Näkkileipä, levite ja maito

**Lounas**

Lasagne  
Kiinankaali-kurkku-ananas-purjosalaatti  
Näkkileipä, levite ja maito

**TORSTAI**

**Kasvislounas**

Kasvis-papuvuoka  
Kaali-kurkku-tomaattisalaatti  
Ruisleipä, levite ja maito

**Lounas**

Lohikeitto  
Kaali-kurkku-tomaattisalaatti  
Ruisleipä, levite ja maito

**PERJANTAI**

**Kasvislounas**

Kasvis-nuudeliwokki  
Rapea-puna-maissisalaatti +  
Yrttimarinoidut kasvikset  
Näkkileipä, levite ja maito

**Lounas**

Juustoinen broilerikastike  
Keitetty ohra  
Rapea-puna-maissisalaatti +  
Yrttimarinoidut kasvikset  
Näkkileipä, levite ja maito

**Viikko 16, 21, 36**

**MAANANTAI**

**Kasvislounas**

Pinaattinen mifu-perunakiusaus  
Kaali-kurkku-keltainen paprikasalaatti  
Näkkileipä, levite ja maito

**Lounas**

Kanabolognaise  
Täysjyväpasta  
Kaali-kurkku-keltainen paprikasalaatti  
Näkkileipä, levite ja maito

**TIISTAI**

**Kasvislounas**

Kasvissosekeitto  
Hummuslevite  
Rapea-persikka-kesäkurpitsasalaatti  
Ruisleipä, levite ja maito

**Lounas**

Kalastajan vuoka  
Rapea-persikka-kesäkurpitsasalaatti  
Ruisleipä, levite ja maito

**KESKIVIIKKO**

**Kasvislounas**

Hernepihvit  
Juures-perunasose  
Rapea-tomaatti-punakaalisalaatti  
Näkkileipä, levite ja maito

**Lounas**

Kebabkastike  
Jogurttikastike  
Täysjyväriisi  
Rapea-tomaatti-punakaalisalaatti  
Näkkileipä, levite ja maito

**TORSTAI**

**Kasvislounas**

Kasvis-makaronilaatikko  
Maissi-porkkanaraaste  
Näkkileipä, levite ja maito

**Lounas**

Jauheliha-makaronilaatikko  
Maissi-porkkanaraaste  
Näkkileipä, levite ja maito

**PERJANTAI**

**Kasvislounas**

Uuniperunat  
Kasvistäyte  
Kikherne-pastasalaatti  
Näkkileipä, levite ja maito

**Lounas**

Uuniperunat  
Tonnikalatäyte  
Kikherne-pastasalaatti  
Näkkileipä, levite ja maito

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

**MAANANTAI**

**Kasvislounas**

Mifu-pastapaistos  
Rapea-tomaatti-kurkkusalaatti  
Näkkileipä, levite ja maito

**Lounas**

Jauhelihakastike  
Perunat  
Rapea-tomaatti-kurkkusalaatti  
Näkkileipä, levite ja maito

**TIISTAI**

**Kasvislounas**

Kikherneitä tikka masala  
Keitetty ohra  
Kiinankaali-maissi-retiisisalaatti  
Näkkileipä, levite ja maito

**Lounas**

Sitruunainen kala  
Perunasose  
Kiinankaali-maissi-retiisisalaatti  
Näkkileipä, levite ja maito

**KESKIVIIKKO**

**Kasvislounas**

Porkkanasosekeitto  
Rapea-kurkku-paprikasalaatti  
Raejuusto  
Ruisleipä, levite ja maito

**Lounas**

Jauheliha-perunalaatikko  
Rapea-kurkku-paprikasalaatti  
Ruisleipä, levite ja maito

**TORSTAI**

**Kasvislounas**

Kasvislasagne  
Kiinankaali-punakaali-mustaherukka-  
kurkkusalaatti  
Ruisleipä, levite ja maito

**Lounas**

Mannapuuro  
Hedelmäkeitto  
Leikkele  
Kiinankaali-punakaali-mustaherukka-  
kurkkusalaatti  
Ruisleipä, levite ja maito

**PERJANTAI**

**Kasvislounas**

Juusto-kasviskastike  
Perunat  
Kaali-porkkana-mandariinisalaatti  
Mausteiset pavut  
Näkkileipä, levite ja maito

**Lounas**

Cappellin kana-pastavuoka  
Kaali-porkkana-mandariinisalaatti  
Näkkileipä, levite ja maito