



Viikko: 1

Maanantai 21.6	Tiistai 22.6	Keskiviikko 23.6	Torstai 24.6	Perjantai 25.6 Juhannusaatto
Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala
KAURAPUURO L, M Kananmuna L, G, M	NELJÄNVILJAN PUURO L, M	VEHNÄHIUTALEVELLI	RUISHIUTALEDUORO L, M	MANNAPUURO
Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1
LIHAKEITTO L, G, M	KALAPUIKKO L, M KERMAVILIKASTIKE L, G	BROILERIKIUSAUS L, G	JAUHELIHAKASTIKE L, M	NAUDAN NISKA L, G, M PEHMEÄN PIPPURINEN KASTIKE L
Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas
LINSSIKEITTO L, G, M	KASVISPUIKKO L, G, M KERMAVILIKASTIKE L, G	VIHREÄ KASVISRISOTTO L, G	SOIJAROUHE- KASVISKASTIKE L, G, M	QUORN SWEET & SOUR - KASTIKE L, G, M
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
MARJAKIISSSELI L, G, M	APPELSIINI-KIISSSELI L, G, M	SUKLAAKIISSSELI L, G	Kaurapatonki L, M	KARPALOKIISSSELI L, G, M
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
JAUHELIHA- MAKARONILAATIKKO L, M	PYTTIPANNU L, G, M	KIRJOLOHIVUOKA L, G	KELTAINEN KANAKEITTO G	UUNIMAKKARA L, G, M

Ateriat sisältävät lisäksi vihannesta / salaattia, leipää, levitettä ja ruokajuomaa.

Käytämme ruuanvalmistuksessa 100% kotimaista lihaa

Pienet muutokset mahdollisia

L-Laktoositon, G-Gluteeniton, M-Maitoallergia



Viikko: 2

Maanantai 28.6	Tiistai 29.6	Keskiviikko 30.6	Torstai 1.7	Perjantai 2.7
Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala
NELJÄNVILJAN PUURO L, M	RUISHIUTALEPUURO L, M Kananmuna L, G, M	KAURALESEPUURO L, G, M	NELJÄNVILJAN VELLI L, M	RIISIVELLI G
Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1
POSSUA ACAPULCO L	KALA-KASVISKEITTO L, G, M	KASVISPIHVI L, G, M KERMAVIILIKASTIKE L, G	JAUHELIHA- MAKARONILAATIKKO L, M	KANA-CURRYKASTIKE L, G
Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas
KASVISKASTIKE ACAPULCO L, G	KELTAINEN KASVISKEITTO L, G	KASVISPIHVI L, G, M KERMAVIILIKASTIKE L, G	SOIJA-MAKARONILAATIKKO L, M	MAKEAN TULINEN TOFUKASTIKE L, G
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
KARVIAISKIISSELI L, G, M	Riisipiirakka L	MANSIKKAKIISSELI L, G, M	HEDELMÄRAHKA L, G	BOYSENMARJAKIISSELI L, G, M
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
BROILERIHOUKUTUS G	NAUTA-KASVISPATA UUNISSA L, G, M	JUUSTO-PALVILAPAKEITTO L, G	TÄYTELÄINEN KALAKEITTO L, G	JAUHELIHA-PERUNALAATIKKO L, G, M

Ateriat sisältävät lisäksi vihannesta / salaattia, leipää, levitettä ja ruokajuomaa.

Käytämme ruuanvalmistuksessa 100% kotimaista lihaa

Pienet muutokset mahdollisia

L-Laktoositon, G-Gluteeniton, M-Maitoallergia



Viikko: 3

Maanantai 5.7	Tiistai 6.7	Keskiviikko 7.7	Torstai 8.7	Perjantai 9.7
Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala
Vehnähiutalepuuro L, M	KAURAHITUALEVELLI	RUISHIUTALEPUURO L, M Kananmuna L, G, M	HELMIVELLI G	NELJÄNVILJAN PUURO L, M
Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1
VEGEBOLOGNESE L, G, M	PALAPAISTI L, M	KERMAMUIKUT G	KELTAINEN KANAKEITTO G	JAUHELIHA- PERUNALAATIKKO L, G, M
Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas
VEGEBOLOGNESE L, G, M	AURINKOINEN AURAKASTIKE L, G	KIKHERNEMUREKE L KERMAYIILIKASTIKE L, G	KELTAINEN KURPITSASOSEKEITTO L, G	KREIKKALAINEN VUOKA G
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
MARJASALAATTI L, G, M VANILJAKASTIKE L, G	VADELMAKIISSSELI L, G, M	PERSIKKAKIISSSELI L, G, M	Perunarieska L, G, M	MAITOKIISSSELI L, G Mansikkahillo L, G, M
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
LIHAPYÖRYKKÄ L, M PERUNASOSE L, G	BROILERI-KASVISPATA UUNISSA L, G, M	PALVILAPAKIUSAUS L, G	SILAKKALAATIKKO L, G	MAKKARAKEITTO L, G, M

Ateriat sisältävät lisäksi vihannesta / salaattia, leipää, levitettä ja ruokajuomaa.

Käytämme ruuanvalmistuksessa 100% kotimaista lihaa

Pienet muutokset mahdollisia

L-Laktoositon, G-Gluteeniton, M-Maitoallergia



Viikko: 4

Maanantai 12.7	Tiistai 13.7	Keskiviikko 14.7	Torstai 15.7	Perjantai 16.7
Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala
RUISHIUTALEPUURO L, M	NELJÄNVILJAN PUURO L, M	VEHNÄHIUTALEVELLI	MANNAVELLI	Vehnähiutalepuuro L, M Kananmuna L, G, M
Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1
CHILI-KALKKUNAKASTIKE L	UUNIMAKKARA L, G, M	LIHAKEITTO L, G, M	JAUHELIHABOLOGNESE L, M	UUNIKALAA PAPRIKAKASTIKKEESSA
Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas
CHILI-VIHANNESKASTIKE L, G, M	KASVISPIHVI L, G, M	KASVISHERNEKEITTO L, G, M	SOIJAROUHE-KASVISKASTIKE L, G, M	VÄLIMERELLINEN KASVISHÖYSTÖ L, G
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
MUSTIKKAKIISSSELI L, G, M	PUNAHERUKKA-VADELMAKIISSSELI L, G, M	Grahamsämpylä L, G, M	HEDELMÄJOGURTTI L, G	MUSTAHERUKKA-BANAANIKIISSSELI L, G, M
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
KIRJOLOHIVUOKA L, G	MERIMIESLAATIKKO L, G, M	PORKKANAPYÖRYKKÄ L, G	JAUHELIHA-MAKARONILAATIKKO L, M	POSSU-KASVISPATA UUNISSA L, G, M

Ateriat sisältävät lisäksi vihannesta / salaattia, leipää, levitettä ja ruokajuomaa.

Käytämme ruuanvalmistuksessa 100% kotimaista lihaa

Pienet muutokset mahdollisia

L-Laktoositon, G-Gluteeniton, M-Maitoallergia



Viikko: 5

Maanantai 19.7	Tiistai 20.7	Keskiviikko 21.7	Torstai 22.7	Perjantai 23.7
Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala
NELJÄNVILJAN PUURO L, M	VEHNÄHIUTALEVELLI	KAURAHIIUTALEVELLI	Vehnähiutalepuuro L, M Kananmuna L, G, M	RUISHIUTALEPUURO L, M
Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1
MAKKARAKASTIKE L, M	LOHIMUREKEPIHVI L, G, M KERMAVIILIKASTIKE L, G	LIHA-KASVISPATA ITÄMAISEEN TAPAAN L, G, M	JAUHELIHA- PERUNALAATIKKO L, G, M	PINAATTIKEITTO
Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas
TOMAATTINEN TOFUKASTIKE L, G, M	JUURESPIHVI L, G, M KERMAVIILIKASTIKE L, G	KASVISPATAA ITÄMAISEEN TAPAAN L, G, M	SIENILASAGNE L	PINAATTIKEITTO
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
MANGOKIISSELI L, G, M	HEDELMÄSALAATTI L, G, M	MAITOKIISSELI L, G Persikkasose L, G, M	OMENAKIISSELI L, G, M	PUOLUKKAVISPIPUURO L, M
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
ISO-ÄIDIN KANAKEITTO L, G, M	JUUSTO-PALVILAPAKEITTO L, G	KALA-KASVISKEITTO L, G, M	PYTTIPANNU L, G, M	JAUHELIHA-KASVIS- MAKARONIPATA L, M

Ateriat sisältävät lisäksi vihannesta / salaattia, leipää, levitettä ja ruokajuomaa.

Käytämme ruuanvalmistuksessa 100% kotimaista lihaa

Pienet muutokset mahdollisia

L-Laktoositon, G-Gluteeniton, M-Maitoaallergia



Viikko: 6

Maanantai 26.7	Tiistai 27.7	Keskiviikko 28.7	Torstai 29.7	Perjantai 30.7
Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala
NELJÄNVILJAN PUURO L, M	VEHNÄHIUTALEVELLI	KAURAHUUTALEVELLI	Vehnähiutalepuuro L, M	RUISHUUTALEPUURO L, M Kananmuna L, G, M
Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1
KESÄKEITTO L	BROILERI-PEKONIKASTIKE L, G	LIHAPYÖRYKKÄ L, M RUSKEA KASTIKE L, M	JUUSTOINEN UUNIKALA L, G	BROILERIHOUKUTUS G
Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas
KESÄKEITTO L	ITÄMAINEN LINSSI-KASVISPATA L, G, M	PORKKANAPYÖRYKKÄ L, G		KASVISKUSAUS L, G
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
VADELMAKIISSALI L, G, M	MARJARAHA L, G	RUUSUNMARJAKIISSALI L, G, M	Perunarieska L, G, M	HEDELMÄSMOOTHIE L, G
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
NAUTA-KASVISPATA UUNISSA L, G, M	JAUHELIHA-PERUNALAATIKKO L, G, M	BROILERIHOUKUTUS G	NAKKIPATA L, G, M	KALAPATA UUNISSA L, G, M

Ateriat sisältävät lisäksi vihannesta / salaattia, leipää, levitettä ja ruokajuomaa.

Käytämme ruuanvalmistuksessa 100% kotimaista lihaa

Pienet muutokset mahdollisia

L-Laktoositon, G-Gluteeniton, M-Maitoallergia