



17.1.2022 - 21.1.2022

maanantai 17.1.2022	tiistai 18.1.2022	keskiviikko 19.1.2022	torstai 20.1.2022	perjantai 21.1.2022
Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala
KAURAPUURO L, M	NELJÄNVILJAN PUURO L, M	VEHNÄHIUTALEVELLI	Riisimurot L, G, M	MANNAPUURO
Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1
KAALIKEITTO L, G, M	SEILORIN TURSKA L, M	BROILERILASAGNE L	OHRA-MANNAPUURO	JAUHELIHAKASTIKE L, M
Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas
LINSSIKEITTO L, G, M	KASVISKÄÄRYLE L, G, M	MIFU-PASTAVUOKA VIHANNEKSILLA L	OHRA-MANNAPUURO MEHUKEITTO L, G, M	TOMAATTINEN TOFUKASTIKE L, G, M
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
MARJAKIISSSELI L, G, M	APPELSIINI-KIISSSELI L, G, M	SUKLAAKIISSSELI L, G	Kaurapatonki L, M	HEDELMÄSALAATTI L, G, M
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
JAUHELIHA- MAKARONILAATIKKO L, M	PYTTIPANNU L, G, M	KIRJOLOHIVUOKA L, G	BROILERIHOUKUTUS L, G	SISKONMAKKARAPATA L, M

Ateriat sisältävät lisäksi vihannesta / salaattia, leipää, levitettä ja ruokajuomaa.
 Lounaan energialisäkkeenä tarjotaan vaihdellen perunaa, ohraa, riisiä tai pastaa
 Käytämme ruuanvalmistuksessa 100% kotimaista lihaa
 Pienet muutokset mahdollisia

L-Laktoositon, G-Gluteeniton, M-Maitoallergia



24.1.2022 - 28.1.2022

maanantai 24.1.2022	tiistai 25.1.2022	keskiviikko 26.1.2022	torstai 27.1.2022	perjantai 28.1.2022
Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala
NELJÄNVILJAN VELLI L, M	RUISHIUTALEPUURO L, M	KAURALESEPUURO L, M	RIISIVELLI G	NELJÄNVILJAN PUURO L, M
Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1
POSSUA ACAPULCO L	KALA-KASVISKEITTO L, G, M	PINAATTIOHUKAISET L	SITRUUNA-BROILERIKASTIKE L, M	JAUHELIHA-MAKARONILAATIKKO L, M
Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas
KASVISKASTIKE ACAPULCO L, G	KELTAINEN KASVISKEITTO L, G, M	PINAATTIOHUKAISET L	HAPANIMELÄ KASVISKASTIKE L, G, M	SOIJA-MAKARONILAATIKKO L, M
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
KARVIAÍSKIISSELI L, G, M	Riisipiirakka L	MANSIKKAKIISSELI L, G, M	HEDELMÄRAHKA L, G	BOYSENMARJAKIISSELI L, G, M
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
BROILERIHOUKUTUS L, G	NAUTA-KASVISPATA UUNISSA L, G, M	JUUSTO-PALVILAPAKEITTO L, G	TÄYTELÄINEN KALAKEITTO L, G	UUNIRIISIPUURO G

Ateriat sisältävät lisäksi vihannesta / salaattia, leipää, levitettä ja ruokajuomaa.
 Lounaan energialisäkkeenä tarjotaan vaihdellen perunaa, ohraa, riisiä tai pastaa
 Käytämme ruuanvalmistuksessa 100% kotimaista lihaa
 Pienet muutokset mahdollisia

L-Laktoositon, G-Gluteeniton, M-Maitoallergia



31.1.2022 - 4.2.2022

maanantai 31.1.2022	tiistai 1.2.2022	keskiviikko 2.2.2022	torstai 3.2.2022	perjantai 4.2.2022
Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala
VEHNÄHIUTALEPUURO L, M	Riisimurot L, G, M	RUISHIUTALEPUURO L, M	HELMIVELLI G	NELJÄNVILJAN PUURO L, M
Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1
PALAPAISTI L, M	VILJAINEN VOIMAPUURO	KIRJOLOHIPYÖRYKKÄ L, G KERMAVIILIKASTIKE L, G	JAUHELIHA-KASVISKEITTO L, G, M	TEXMEX-BROILERIKIUSAUS L, G
Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas
KASVIS-MIFUKASTIKE L L	VILJAINEN VOIMAPUURO	PINAATTIRAEJUUSTONAPPI L, G	KELTAINEN KASVISKEITTO L, G, M	INTIALAINEN KASVISVUOKA L, G
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
MARJASALAATTI L, G, M VANILJAKASTIKE L, G	VADELMAKIISSSELI L, G, M	PERSIKKAKIISSSELI L, G, M	Perunarieska L, M	MAITOKIISSSELI L, G
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
BROILERI-KASVISPATA UUNISSA L, G, M	JAUHEMAKSAPIHVIT L, G, M	PALVILAPAKIUSAUS L, G	SILAKKALAATIKKO L, G	MAKKARAKEITTO L, G, M

Ateriat sisältävät lisäksi vihannesta / salaattia, leipää, levitettä ja ruokajuomaa.
Lounaan energialisäkkeenä tarjotaan vaihdellen perunaa, ohraa, riisiä tai pastaa
Käytämme ruuanvalmistuksessa 100% kotimaista lihaa
Pienet muutokset mahdollisia

L-Laktoositon, G-Gluteeniton, M-Maitoallergia



7.2.2022 - 11.2.2022

maanantai 7.2.2022	tiistai 8.2.2022	keskiviikko 9.2.2022	torstai 10.2.2022	perjantai 11.2.2022
Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala
RUISHIUTALEPUURO L, M	NELJÄNVILJAN PUURO L, M	VEHNÄHIUTALEVELLI	MANNAVELLI	VEHNÄHIUTALEPUURO L, M
Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1
MANGOKALKKUNA L, M	UUNIMAKKARA L, G, M	HERNEKEITTO L, G, M	CHILI CON CARNE L, G, M	JÄRVIKALAMUREKE L, G, M
Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas
MANGO-KASVISKASTIKE L, G	KASVISPYÖRYKKÄ L, G, M	KASVISHERNEKEITTO L, G, M	SOIJAROUHE-KASVISKASTIKE L, G, M	KASVIS-PAPUKROKETTI L, G, M
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
MUSTIKKAKIISSSELI L, G, M	PUNAHERUKKA-VADELMAKIISSSELI L, G, M	Grahamsämpylä L, G, M	HEDELMÄJOGURTTI L, G	MUSTAHERUKKA-BANAANKIISSSELI L, G, M
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
KIRJOLOHIVUOKA L, G	MERIMIESLAATIKKO L, G, M	PORKKANAPYÖRYKKÄ L, G	KELTAINEN KANAKEITTO L, G	POSSU-KASVISPATA UUNISSA L, G, M

Ateriat sisältävät lisäksi vihannesta / salaattia, leipää, levitettä ja ruokajuomaa.
 Lounaan energialisäkkeenä tarjotaan vaihdellen perunaa, ohraa, riisiä tai pastaa
 Käytämme ruuanvalmistuksessa 100% kotimaista lihaa
 Pienet muutokset mahdollisia

L-Laktoositon, G-Gluteeniton, M-Maitoallergia



14.2.2022 - 18.2.2022

maanantai 14.2.2022	tiistai 15.2.2022	keskiviikko 16.2.2022	torstai 17.2.2022	perjantai 18.2.2022
Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala
NELJÄNVILJAN PUURO L, M	VEHNÄHIUTALEVELLI	KAURALESEVELLI	VEHNÄHIUTALEPUURO L, M	RUISHIUTALEPUURO L, M
Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1
NAKKIKASTIKE L, M	PORKKANASOSEKEITTO L, G	HEDELMÄINEN BROILERIKASTIKE L, M	TOMAATTINEN JAUHELIHA- PASTAVUOKA L	KIRJOLOHI-PORKKANAPIHVI L, G KERMAVIILIKASTIKE L, G
Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas
TOMAATTINEN TOFUKASTIKE L, G, M	PORKKANASOSEKEITTO L, G	HEDELMÄINEN KASVISKASTIKE L	ITALIAN KASVISPATA L	KASVISPIHVI L, G, M KERMAVIILIKASTIKE L, G
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
MANGOKIISSELI L, G, M	Kaurapatonki L, M	MAITOKIISSELI L, G	OMENAKIISSELI L, G, M	HEDELMÄSALAATTI L, G, M
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
ISO-ÄIDIN KANAKEITTO L, G, M	JAUHELIHA-KASVIS- MAKARONIPATA L, M	KALA-KASVISKEITTO L, G, M	PYTTIPANNU L, G, M	JUUSTO-PALVILAPAKEITTO L, G

Ateriat sisältävät lisäksi vihannesta / salaattia, leipää, levitettä ja ruokajuomaa.
 Lounaan energialisäkkeenä tarjotaan vaihdellen perunaa, ohraa, riisiä tai pastaa
 Käytämme ruuanvalmistuksessa 100% kotimaista lihaa
 Pienet muutokset mahdollisia

L-Laktoositon, G-Gluteeniton, M-Maitoallergia



21.2.2022 - 25.2.2022

maanantai 21.2.2022	tiistai 22.2.2022	keskiviikko 23.2.2022	torstai 24.2.2022	perjantai 25.2.2022
Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala
NELJÄNVILJAN PUURO L, M	VEHNÄHIUTALEVELLI	KAURALESEVELLI	VEHNÄHIUTALEPUURO L, M	RUISHIUTALEPUURO L, M
Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1
KASVIS CHILI L, G	BROILERI-PEKONIKASTIKE L, G	LINDSTRÖMIN PIHVI L, G, M	TÄYTELÄINEN KALAKEITTO L, G	PALVILAPA-PASTAVUOKA L
Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas
KASVIS CHILI L, G	YRTTINEN KASVIS-PAPUPATA L, G	PUNAJUURIPIHVI L, G, M	KESÄKEITTO L	MIFU-PASTAVUOKA VIHANNEKSILLA L
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
VADELMAKIISSSELI L, G, M	MARJARAHKA L, G	RUUSUNMARJAKIISSSELI L, G, M	Perunarieska L, M	HEDELMÄSMOOTHIE L, G
Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen	Päivällinen
JAUHELIHA-PERUNALAATIKKO L, G, M	KASVISJUUSTOKEITTO MIFU L, G	BROILERIHOUKUTUS L, G	NAKKIPATA L, G, M	KESÄKEITTO L

Ateriat sisältävät lisäksi vihannesta / salaattia, leipää, levitettä ja ruokajuomaa.
Lounaan energialisäkkeenä tarjotaan vaihdellen perunaa, ohraa, riisiä tai pastaa
Käytämme ruuanvalmistuksessa 100% kotimaista lihaa
Pienet muutokset mahdollisia

L-Laktoositon, G-Gluteeniton, M-Maitoallergia