

1. VIIKON RUOKALISTA

Voimassa kalenteriviikoilla: 44, 50, 3, 9, 15, 21, 27, 33, 39, 45, 51

Hyvä
ruoka on
osa hyvää
hoivaa



Yöpalankin
saan, jos
nälkä
yllättää
kesken
unien

	AAMIAINEN	LOUNAS	PÄIVÄKAHVIT	PÄIVÄLLINEN	ILTAPALA
MA	Kaurapuuroa M Hilloa Leipää ja levitettä Juustoa Tuorevihanneksia Kahvia/teetä, maitoa ja mehua	Makkarastroganoffia M Keitettyjä perunoita M,G Porkkana-parsakaali-lisäkettä M,G Talon leipää ja levitettä Maitoa, piimää ja vettä	Kahvia ja teetä Piimäkakkua L	Värikästä broilerikeittoa L Tuorevihanneksia Talon leipää ja levitettä Persikkarahka L,G Maitoa, piimää ja vettä	Sillivoileipää ja keitettyä kananmunaa Jogurttia L,G Tuoretta hedelmää Maitoa, mehua ja teetä
TI	Ohra-maitopuuroa L Mehukeittoa Leipää ja levitettä Leikkelettä Tuorevihanneksia Kahvia/teetä, maitoa ja mehua	Kirjolohippyöryköitä L Perunasosetta L,G Kermaviilikastiketta L,G Persikka-porkkanaraastetta M,G Talon leipää ja levitettä Maitoa, piimää ja vettä	Kahvia ja teetä Talon pullaa L	Pehtoorin perunavuokaa jauhelihasta L,G Tuorevihanneksia Talon leipää ja levitettä Appelsiiniikiisseliä M,G Maitoa, piimää ja vettä	Pajalan puuroa M Leipää ja levitettä Juustoa Tuoretta hedelmää Maitoa, mehua ja teetä
KE	Vehnäpuuroa M Hilloa Leipää ja levitettä Juustoa Tuorevihanneksia Kahvia/teetä, maitoa ja mehua	Jauhemaakastiketta L Keitettyjä perunoita M,G Puolukka-hilloa Rakuunaporkkanoita M,G Talon leipää ja levitettä Maitoa, piimää ja vettä	Kahvia ja teetä Raparperiirakkaa L	Kermaista kahden kalan keittoa L,G Tuorevihanneksia Talon leipää ja levitettä Mustikka-vaniljakiisseliä M Maitoa, piimää ja vettä	Turkkilaista jogurttia L,G ja hedelmäsosetta Leipää ja levitettä Leikkelettä Tuoretta hedelmää Maitoa, mehua ja teetä
TO	4-viljanpuuroa M Mehukeittoa Leipää ja levitettä Juustoa Tuorevihanneksia Kahvia/teetä, maitoa ja mehua	Broileria sitruunakastikkeessa L Perunasosetta L,G Vihersalaattia M,G Mustaherukkahilloa Talon leipää ja levitettä Maitoa, piimää ja vettä	Kahvia ja teetä Talon pullaa L	Ruis-marjapuuroa M Tuorevihanneksia Talon leipää ja levitettä Vaniljarahkaa L,G Maitoa, piimää ja vettä	Uunimunakasta L,G Leipää ja levitettä Tuoretta hedelmää Maitoa, mehua ja teetä
PE	Kaurapuuroa M Hilloa Leipää ja levitettä Juustoa Tuorevihanneksia Kahvia/teetä, maitoa ja mehua	Savulohilaattikkoa L,G Kukkakaali-papulisäkettä M,G Talon leipää ja levitettä Maitoa, piimää ja vettä	Kahvia ja teetä Mansikka-suklaakääretorttua L	Jauhelihakeittoa M,G Tuorevihanneksia Talon leipää ja levitettä Herukkakiisseliä M,G Maitoa, piimää ja vettä	Hedelmä-proteiinijuomaa L,G Leipää ja levitettä Juustoa Tuoretta hedelmää Maitoa, mehua ja teetä
LA	Ruispuuroa M Hilloa Leipää ja levitettä Juustoa Tuorevihanneksia Kahvia/teetä, maitoa ja mehua	Juustoista kasviskiusausta L,G Punakaali-mustaherukkasalaattia M,G Raejuustoa L,G Leipää ja levitettä Maitoa, piimää ja vettä	Kahvia ja teetä Ananaskeikaukakkua L	Lihakeittoa M,G Tuorevihanneksia Leipää ja levitettä Ruusunmarja-appelsiiniirakkaa L,G Maitoa, piimää ja vettä	Maksamakaravoileipiä Jogurttia L,G Tuoretta hedelmää Maitoa, mehua ja teetä
SU	Riisihiutale-maitopuuroa L,G Hilloa Leipää ja levitettä Leikkelettä Tuorevihanneksia Kahvia/teetä, maitoa ja mehua	Lihamureketta M,G Sinappikastiketta L Kermaperunoita L,G Uunijuureksia M,G Leipää ja levitettä Maitoa, piimää ja vettä	Kahvia ja teetä Toscapiirakkaa L	Tomattista soijakeittoa L,G Tuorevihanneksia Leipää ja levitettä Suklaarahkaa L,G Maitoa, piimää ja vettä	Viiliä, hilloa ja pellavarouhetta Leipää ja levitettä Juustoa Tuoretta hedelmää Maitoa, mehua ja teetä

Muutokset mahdollisia. Lisätietoja allergeeneista keittiöhenkilökunnalta. L=laktoositon M=maidoton G=gluteeniton



Yöpalakin saa, jos nälkä yllättää kesken unien

2. VIIKON RUOKALISTA

Voimassa kalenteriviikoilla: 45, 51, 4, 10, 16, 22, 28, 34, 40, 46, 52

	AAMIAINEN	LOUNAS	PÄIVÄKAHVIT	PÄIVÄLLINEN	ILTAPALA
MA	Kaurapuuroa M Hilloa Leipää ja levitettä Juustoa Tuorevihanneksia Kahvia/teetä, maitoa ja mehua	Broileri-kasviskastiketta M Keitettyjä perunoita Mustaherukkahilloa Höyrytettyä parsakaalia Talon leipää ja levitettä Maitoa, piimää ja vettä	Kahvia ja teetä Sydänsurujen kakkua L	Juustomestarin kesäkeittoa L,G Tuorevihanneksia Talon leipää ja levitettä Mangorahkaa L,G Maitoa, piimää ja vettä	Riisipiirakoita ja munavoita Jogurttia ja hedelmäsosetta Tuoretta hedelmää Maitoa, mehua ja teetä
TI	Ohra-maitopuuroa L Mehukeittoa Leipää ja levitettä Leikkelettä Tuorevihanneksia Kahvia/teetä, maitoa ja mehua	Lihapullia L Ruskeaa kastiketta M Perunamuusia L,G Tomaatti-kananmunasalaattia Talon leipää ja levitettä Maitoa, piimää ja vettä	Kahvia ja teetä Talon pullaa L	Silakkalaatikka L,G Tuorevihanneksia Talon leipää ja levitettä Mansikkakiisseliä M,G Maitoa, piimää ja vettä	Aprikoosi-kaurapuuroa M Leipää ja levitettä Juustoa Tuoretta hedelmää Maitoa, mehua ja teetä
KE	Vehnäpuuroa M Hilloa Leipää ja levitettä Juustoa Tuorevihanneksia Kahvia/teetä, maitoa ja mehua	Sianlihastiketta M Keitettyjä perunoita Paahdettuja uunijuureksia Talon leipää ja levitettä Maitoa, piimää ja vettä	Kahvia ja teetä Omenapiirakkaa L	Curry-broilerikeittoa L,G Tuorevihanneksia Talon leipää ja levitettä Kahvikiisseliä L,G Maitoa, piimää ja vettä	Hedelmä-proteiinijuomaa L,G Leipää ja levitettä Juustoa Tuoretta hedelmää Maitoa, mehua ja teetä
TO	4-viljanpuuroa M Mehukeittoa Leipää ja levitettä Juustoa Tuorevihanneksia Kahvia/teetä, maitoa ja mehua	Kala-juureslaatikka L,G Kurkku-ananasvihersalaattia Talon leipää ja levitettä Maitoa, piimää ja vettä	Kahvia ja teetä Talon pullaa L	Riisipuuroa L,G, kanelia ja sokeria Tuorevihanneksia Talon leipää ja levitettä Vadelmakiisseliä M,G Maitoa, piimää ja vettä	Uunimunakasta L,G Leipää ja levitettä Tuoretta hedelmää Maitoa, mehua ja teetä
PE	Kaurapuuroa M Hilloa Leipää ja levitettä Juustoa Tuorevihanneksia Kahvia/teetä, maitoa ja mehua	Jauheliha-Kaalilaatikka M,G Uuniporkkanoita Puolukkahilloa Talon leipää ja levitettä Maitoa, piimää ja vettä	Kahvia ja teetä Unelmäkääretorttua L	Bataattikeittoa L,G Kananmunaa Tuorevihanneksia Talon leipää ja levitettä Kuningatarrahaa L,G Maitoa, piimää ja vettä	Suolaista täytettyä pannukakkua L Turkkilaista jogurttia ja marjahilloa Tuoretta hedelmää Maitoa, mehua ja teetä
LA	Ruispuuroa M Hilloa Leipää ja levitettä Juustoa Tuorevihanneksia Kahvia/teetä, maitoa ja mehua	Lohimurekepihvejä L Perunamuusia L,G Kermaviilikastiketta L,G Kaalikurpitsasalaattia Leipää ja levitettä Maitoa, piimää ja vettä	Kahvia ja teetä Vaaleaa kuivakakkua L	Tomaattista jauheliuhakeittoa M,G Tuorevihanneksia Leipää ja levitettä Luumurahkaa L,G Maitoa, piimää ja vettä	Riisipiirakoita L ja munavoita Mehukeittoa Tuoretta hedelmää Maitoa, mehua ja teetä
SU	Riisihutiale-maitopuuroa L,G Hilloa Leipää ja levitettä Leikkelettä Tuorevihanneksia Kahvia/teetä, maitoa ja mehua	Luumuista possupataa Uunipaahdettuja perunoita Uunijuureksia Leipää ja levitettä Maitoa, piimää ja vettä	Kahvia ja teetä Marjapiirakkaa L	Makkarakeittoa M,G Tuorevihanneksia Leipää ja levitettä Hedelmäsalaattia M,G Maitoa, piimää ja vettä	Viiliä, hilloa ja pellavarouhetta Leipää ja levitettä Juustoa Tuoretta hedelmää Maitoa, mehua ja teetä

Muutokset mahdollisia. Lisätietoja allergeeneista keittiöhenkilökunnalta. L=laktoositon M=maidoton G=gluteeniton

3. VIIKON RUOKALISTA

Voimassa kalenteriviikoilla: 46, 52, 5, 11, 17, 23, 29, 35, 41, 47



Yöpalaakin
saa, jos
nalka
yllättää
kesken
unien

	AAMIAINEN	LOUNAS	PÄIVÄKAHVIT	PÄIVÄLLINEN	ILTAPALA
MA	Kaurapuuroa M Hilloa Leipää ja levitettä Juustoa Tuorevihanneksia Kahvia/teetä, maitoa ja mehua	Janssoninkiusausta L,G Pikkuporkkanoita Etikkapunajuuria Talon leipää ja levitettä Maitoa, piimää ja vettä	Kahvia ja teetä Maustekakkua L	Kasvisseosekeittoa L,G Raejuustoa L,G Tuorevihanneksia Talon leipää ja levitettä Mustaherukkarahkaa L,G Maitoa, piimää ja vettä	Vanilja-banaaniproteiinijuomaa L,G Leipää ja levitettä Leikkelettä Tuoretta hedelmää Maitoa, mehua ja teetä
TI	Ohra-maitopuuroa L Mehukeittoa Leipää ja levitettä Leikkelettä Tuorevihanneksia Kahvia/teetä, maitoa ja mehua	Nakkikastiketta M Keitettyjä perunoita M,G Isoäidin salaattia Talon leipää ja levitettä Maitoa, piimää ja vettä	Kahvia ja teetä Talon pullaa L	Jauhelihaperuna-soselaatikka L,G Tuorevihanneksia Talon leipää ja levitettä Mangokiisseliä M,G Maitoa, piimää ja vettä	Pajalan puuroa M Leipää ja levitettä Juustoa Tuoretta hedelmää Maitoa, mehua ja teetä
KE	Vehnäpuuroa M Hilloa Leipää ja levitettä Juustoa Tuorevihanneksia Kahvia/teetä, maitoa ja mehua	Paistettuja muikkuja L Kermaviilikastiketta L,G Kananmunamuusia L,G Voilla ryyditettyä parsakaalia Talon leipää ja levitettä Maitoa, piimää ja vettä	Kahvia ja teetä Marjapiirakkaa L	Kermaista broilerikeittoa L,G Tuorevihanneksia Talon leipää ja levitettä Vaniljakiisseliä L,G Maitoa, piimää ja vettä	Lämpimiä voileipiä Jogurttia L,G ja hedelmäsosetta Tuoretta hedelmää Maitoa, mehua ja teetä
TO	4-viljanpuuroa M Mehukeittoa Leipää ja levitettä Juustoa Tuorevihanneksia Kahvia/teetä, maitoa ja mehua	Jauheliha-makaronilaatikka L Porkkanaraastetta Talon leipää ja levitettä Maitoa, piimää ja vettä	Kahvia ja teetä Talon pullaa L	Ohra-maitopuuroa L Tuorevihanneksia Talon leipää ja levitettä Appelsiini-mansikkakiisseliä M,G Maitoa, piimää ja vettä	Uunimunakasta L Leipää ja levitettä Tuoretta hedelmää Maitoa, mehua ja teetä
PE	Kaurapuuroa M Hilloa Leipää ja levitettä Juustoa Tuorevihanneksia Kahvia/teetä, maitoa ja mehua	Pekoni-broilerikastiketta L Bataatti-perunasosetta L,G Lämmintä herne-porkkanasekoitusta Talon leipää ja levitettä Maitoa, piimää ja vettä	Kahvia ja teetä Kuningatarkääretorttua L	Savukalakeittoa L,G Tuorevihanneksia Talon leipää ja levitettä Vadelmarahkaa L,G Maitoa, piimää ja vettä	Turkkilaista jogurttia L,G ja hedelmäsosetta Leipää ja levitettä Leikkelettä Tuoretta hedelmää Maitoa, mehua ja teetä
LA	Ruispuuroa M Hilloa Leipää ja levitettä Juustoa Tuorevihanneksia Kahvia/teetä, maitoa ja mehua	Porsaspalapaistia M Perunasosetta L,G Mummon kurkkuja Leipää ja levitettä Maitoa, piimää ja vettä	Kahvia ja teetä Seeprakakkua L	Jauhelihakeittoa M,G Tuorevihanneksia Leipää ja levitettä Mandariinirahkaa L,G Maitoa, piimää ja vettä	Kalkkunavoileipää ja keitettyä kananmunaa Jogurttia L,G Tuoretta hedelmää Maitoa, mehua ja teetä
SU	Riisihiutale-maitopuuroa L,G Hilloa Leipää ja levitettä Leikkelettä Tuorevihanneksia Kahvia/teetä, maitoa ja mehua	Jauhemaksipihvejä M Sipulikastiketta M Kermaperunoita L,G Uunijuureksia Leipää ja levitettä Maitoa, piimää ja vettä	Kahvia ja teetä Marjapiirakkaa L	Juustoista tomaatti-soijakeittoa L,G Tuorevihanneksia Leipää ja levitettä Jäätelöä L,G ja hilloa Maitoa, piimää ja vettä	Viiliä, hilloa ja pellavarouhetta Leipää ja levitettä Juustoa Tuoretta hedelmää Maitoa, mehua ja teetä

Muutokset mahdollisia. Lisätietoja allergeeneista keittiöhenkilökunnalta. L=laktoositon M=maidoton G=gluteeniton



4. VIIKON RUOKALISTA

Voimassa kalenteriviikoilla: 47, 53, 6, 12, 18, 24, 30, 36, 42, 48

	AAMIAINEN	LOUNAS	PÄIVÄKAHVIT	PÄIVÄLLINEN	ILTAPALA
MA	Kaurapuuroa M Hilloa Leipää ja levitettä Juustoa Tuorevihanneksia Kahvia/teetä, maitoa ja mehua	Jauhelihakastiketta M Keitettyjä perunoita M,G Uunitomaattia Talon leipää ja levitettä Maitoa, piimää ja vettä	Kahvia ja teetä Appelsiinikakkua L	Punajuurilaatikka L,G Tuorevihanneksia Talon leipää ja levitettä Banaani-vaniljarahkaa L,G Maitoa, piimää ja vettä	Sillivoileipää ja keitettyä kananmunaa Jogurttia L,G Tuoretta hedelmää Maitoa, mehua ja teetä
TI	Ohra-maitopuuroa L Mehukeittoa Leipää ja levitettä Leikkelettä Tuorevihanneksia Kahvia/teetä, maitoa ja mehua	Kalagradiinia L Perunasosetta L,G Kiinankaali-persilja-persikkasalaattia Talon leipää ja levitettä Maitoa, piimää ja vettä	Kahvia ja teetä Talon pullaa L	Gulassikeittoa L,G Tuorevihanneksia Talon leipää ja levitettä Pappilan hätävaraa L Maitoa, piimää ja vettä	Rusina-kaurapuuroa M Leipää ja levitettä Juustoa Tuoretta hedelmää Maitoa, mehua ja teetä
KE	Vehnäpuuroa M Hilloa Leipää ja levitettä Juustoa Tuorevihanneksia Kahvia/teetä, maitoa ja mehua	Kaalipataa jauhelihasta M,G Uuniporkkanointa Puolukkahilloa Talon leipää ja levitettä Maitoa, piimää ja vettä	Kahvia ja teetä Persikkapiirakkaa L	Juustomestarin kalakeittoa L,G Tuorevihanneksia Talon leipää ja levitettä Omena-aprikoosivispipuuroa M Maitoa, piimää ja vettä	Uunimunakasta L Leipää ja levitettä Tuoretta hedelmää Maitoa, mehua ja teetä
TO	4-viljanpuuroa M Mehukeittoa Leipää ja levitettä Juustoa Tuorevihanneksia Kahvia/teetä, maitoa ja mehua	Broiler-juuresvuokaa L,G Punajuuri-omenaraastetta Raejuustoa L,G Talon leipää ja levitettä Maitoa, piimää ja vettä	Kahvia ja teetä Talon pullaa L	Mannapuuroa L Tuorevihanneksia Talon leipää ja levitettä Marjakiisseliä M,G Maitoa, piimää ja vettä	Suolaista täytettyä pannukakkua L Turkkilaista jogurttia L,G ja marjahilloa Tuoretta hedelmää Maitoa, mehua ja teetä
PE	Kaurapuuroa M Hilloa Leipää ja levitettä Juustoa Tuorevihanneksia Kahvia/teetä, maitoa ja mehua	Curry-silakkaa L,G Perunasosetta L,G Höyrytettyä parsakaalia ja porkkanaa Talon leipää ja levitettä Maitoa, piimää ja vettä	Kahvia ja teetä Tuuloman torttua L	Nakkikeittoa M,G Tuorevihanneksia Talon leipää ja levitettä Mustikkakukkoa L ja vaniljajäätelöä L,G Maitoa, piimää ja vettä	Vanilja-banaani-proteiinijuomaa L,G Leipää ja levitettä Leikkelettä Tuoretta hedelmää Maitoa, mehua ja teetä
LA	Ruispuuroa M Hilloa Leipää ja levitettä Juustoa Tuorevihanneksia Kahvia/teetä, maitoa ja mehua	Jauheliha-perunavuokaa L,G Tomaatti-sipulisalaattia Leipää ja levitettä Maitoa, piimää ja vettä	Kahvia ja teetä Porkkanakakkua L	Kukkakaalisosekeittoa L,G Tuorevihanneksia Leipää ja levitettä Aprikoosirahkaa L,G Maitoa, piimää ja vettä	Riisipiirakoita L ja munavoita Mehukeittoa Tuoretta hedelmää Maitoa, mehua ja teetä
SU	Riisihiutale-maitopuuroa L,G Hilloa Leipää ja levitettä Leikkelettä Tuorevihanneksia Kahvia/teetä, maitoa ja mehua	Porsaan pikkupaisti M Kermakastiketta L Uunipaahdettuja perunoita M,G Uunijuureksia Leipää ja levitettä Maitoa, piimää ja vettä	Kahvia ja teetä Mokkapaloja L	Kasvis-broilerikeittoa L,G Tuorevihanneksia Leipää ja levitettä Ohukaisia L ja hilloa Maitoa, piimää ja vettä	Viiliä, hilloa ja pellavarouhetta Leipää ja levitettä Juustoa Tuoretta hedelmää Maitoa, mehua ja teetä

Muutokset mahdollisia. Lisätietoja allergeeneista keittiöhenkilökunnalta. L=laktoositon M=maidoton G=gluteeniton

5. VIIKON RUOKALISTA

Voimassa kalenteriviikoilla: 48, 1, 7, 13, 19, 25, 31, 37, 43, 49



Yöpalaakin
saa, jos
nälkä
yllättää
kesken
unien

	AAMIAINEN	LOUNAS	PÄIVÄKAHVIT	PÄIVÄLLINEN	ILTAPALA
MA	Kaurapuuroa M Hilloa Leipää ja levitettä Juustoa Tuorevihanneksia Kahvia/teetä, maitoa ja mehua	Kasvis-makaronilaatikkoa L Porkkana-herkkusieni-lisäketä Talon leipää ja levitettä Maitoa, piimää ja vettä	Kahvia ja teetä Rusinakakkua L	Juustoista jauhelihakeittoa L,G Tuorevihanneksia Talon leipää ja levitettä Sitruunarahkaa L,G Maitoa, piimää ja vettä	Mustaherukka-proteiinijuomaa L,G Leipää ja levitettä Leikkelettä Tuoretta hedelmää Maitoa, mehua ja teetä
TI	Ohra-maitopuuroa L Mehukeittoa Leipää ja levitettä Leikkelettä Tuorevihanneksia Kahvia/teetä, maitoa ja mehua	Possustroganoffia M Keitetyjä perunoita M,G Kurkku-persikka-vihersalaattia Talon leipää ja levitettä Maitoa, piimää ja vettä	Kahvia ja teetä Talon pullaa L	Kermaista kalakeittoa L,G Tuorevihanneksia Talon leipää ja levitettä Vadelma-punaherukkakiisseliä M,G Maitoa, piimää ja vettä	Pajalan puuroa M Leipää ja levitettä Juustoa Tuoretta hedelmää Maitoa, mehua ja teetä
KE	Vehnäpuuroa M Hilloa Leipää ja levitettä Juustoa Tuorevihanneksia Kahvia/teetä, maitoa ja mehua	Hunajaista broileripataa L Uunipaahdettuja perunoita M,G Juustogratinoitua kukkakaalia Talon leipää ja levitettä Maitoa, piimää ja vettä	Kahvia ja teetä Vadelma-rahkapiirakkaa L	Jauhelihakeittoa M,G Tuorevihanneksia Talon leipää ja levitettä Hedelmärahkaa L,G Maitoa, piimää ja vettä	Turkkilaista jogurttia L,G ja hedelmäsosetta Leipää ja levitettä Leikkelettä Tuoretta hedelmää Maitoa, mehua ja teetä
TO	4-viljanpuuroa M Mehukeittoa Leipää ja levitettä Juustoa Tuorevihanneksia Kahvia/teetä, maitoa ja mehua	Juustoinen kalapaistos L Keitetyjä perunoita M,G Kurkku-meloni-vihersalaattia Talon leipää ja levitettä Maitoa, piimää ja vettä	Kahvia ja teetä Talon pullaa L	Helmipuuroa L,G Tuorevihanneksia Talon leipää ja levitettä Raparperi-mansikkakiisseliä M,G Maitoa, piimää ja vettä	Uunimunakasta L Leipää ja levitettä Tuoretta hedelmää Maitoa, mehua ja teetä
PE	Kaurapuuroa M Hilloa Leipää ja levitettä Juustoa Tuorevihanneksia Kahvia/teetä, maitoa ja mehua	Maksakastiketta L Perunasosetta L,G Timjamiporkkanoita Puolukkahilloa Talon leipää ja levitettä Maitoa, piimää ja vettä	Kahvia ja teetä Hillopiirakkaa L	Broilerikiusausta L,G Tuorevihanneksia Raejuustoa L,G Talon leipää ja levitettä Mango-appelsiiniikiisseliä M,G Maitoa, piimää ja vettä	Sillivoileipää ja keitettyä kanamunaa Jogurttia L,G Tuoretta hedelmää Maitoa, mehua ja teetä
LA	Ruispuuroa M Hilloa Leipää ja levitettä Juustoa Tuorevihanneksia Kahvia/teetä, maitoa ja mehua	Kirjolohi-silakkapihvejä L Tilli-kermakastiketta L Uunipaahdettuja perunoita M,G Marinoitua punakaalia Leipää ja levitettä Maitoa, piimää ja vettä	Kahvia ja teetä Suklaakakkua L	Pinaattikeittoa L,G ja kananmunaa Tuorevihanneksia Leipää ja levitettä Mansikkarahkaa L,G Maitoa, piimää ja vettä	Juustovoileipää Maustekurkkua Jogurttia L,G ja marjahilloa Tuoretta hedelmää Maitoa, mehua ja teetä
SU	Riisihiutale-maitopuuroa L,G Hilloa Leipää ja levitettä Leikkelettä Tuorevihanneksia Kahvia/teetä, maitoa ja mehua	Lindströmin pihvejä M Kermaviilikastiketta L,G Kermaperunoita L,G Uunijuureksia Leipää ja levitettä Maitoa, piimää ja vettä	Kahvia ja teetä Marjamuffineja L	Siskonmakkarakeittoa M,G Tuorevihanneksia Leipää ja levitettä Maitoa, piimää ja vettä Omena-kaurapaistosta M ja vaniljakastiketta L,G	Viiliä, hilloa ja pellavarouhetta Leipää ja levitettä Juustoa Tuoretta hedelmää Maitoa, mehua ja teetä

Muutokset mahdollisia. Lisätietoja allergeeneista keittiöhenkilökunnalta. L=laktoositon M=maidoton G=gluteeniton

6. VIIKON RUOKALISTA

Voimassa kalenteriviikoilla: 49, 2, 8, 14, 20, 26, 32, 38, 44, 50



Yöpalaakin
saa, jos
nälkä
yllättää
kesken
unien

	AAMIAINEN	LOUNAS	PÄIVÄKAHVIT	PÄIVÄLLINEN	ILTAPALA
MA	Kaurapuuroa M Hilloa Leipää ja leivettä Juustoa Tuorevihanneksia Kahvia/teetä, maitoa ja mehua	Palermnon pastaa broilerista L Kukkakaali-parsakaali- porkkanasekoitusta Talon leipää ja leivettä Maitoa, piimää ja vettä	Kahvia ja teetä Kanelikakkua L	Porkkanamuhennosta L,G Tuorevihanneksia Raejuustoa L,G Talon leipää ja leivettä Mustikkahyvettä L Maitoa, piimää ja vettä	Puolukka-talkunajuomaa L Leipää ja leivettä Leikkelettä Tuoretta hedelmää Maitoa, mehua ja teetä
TI	Ohra-maitopuuroa L Mehukeittoa Leipää ja leivettä Leikkelettä Tuorevihanneksia Kahvia/teetä, maitoa ja mehua	Kala-kananmunakastiketta L Keitettyjä tilliperunoita M,G Kurkku-tomaatti-vihersalaattia Talon leipää ja leivettä Maitoa, piimää ja vettä	Kahvia ja teetä Talon pullaa L	Hernekeittoa M,G Tuorevihanneksia Talon leipää ja leivettä Pannukakkua L,G ja hilloa Maitoa, piimää ja vettä	Rusina-kaurapuuroa M Leipää ja leivettä Juustoa Tuoretta hedelmää Maitoa, mehua ja teetä
KE	Vehnäpuuroa M Hilloa Leipää ja leivettä Juustoa Tuorevihanneksia Kahvia/teetä, maitoa ja mehua	Uunimakkaraa L,G Perunasosetta L,G Vihreitä papuja Talon leipää ja leivettä Maitoa, piimää ja vettä	Kahvia ja teetä Mustikkarahka-piirakkaa L	Kirkasta kalakeittoa M,G Tuorevihanneksia Talon leipää ja leivettä Suklaakiisseliä L,G Maitoa, piimää ja vettä	Puolukka-vispipuuroa M Leipää ja leivettä Juustoa Tuoretta hedelmää Maitoa, mehua ja teetä
TO	4-viljanpuuroa M Mehukeittoa Leipää ja leivettä Juustoa Tuorevihanneksia Kahvia/teetä, maitoa ja mehua	Jauheliha-bolognesekastiketta M,G Keitettyjä perunoita M,G Raejuustosalaattia Talon leipää ja leivettä Maitoa, piimää ja vettä	Kahvia ja teetä Talon pullaa L	Kauralese-maitopuuroa L Tuorevihanneksia Talon leipää ja leivettä Marjakiisseliä M,G Maitoa, piimää ja vettä	Uunimunakasta L Leipää ja leivettä Tuoretta hedelmää Maitoa, mehua ja teetä
PE	Kaurapuuroa M Hilloa Leipää ja leivettä Juustoa Tuorevihanneksia Kahvia/teetä, maitoa ja mehua	Lohikiusausta L,G Yrtti-uunijuureksia Talon leipää ja leivettä Maitoa, piimää ja vettä	Kahvia ja teetä Marja-murupiirakkaa L	Possunlihakeittoa M,G Tuorevihanneksia Talon leipää ja leivettä Luumukiisseliä M,G Maitoa, piimää ja vettä	Kalkkunavoileipää ja keitettyä kananmuna Jogurttia L,G ja hedelmäsosetta Tuoretta hedelmää Maitoa, mehua ja teetä
LA	Ruispuuroa M Hilloa Leipää ja leivettä Juustoa Tuorevihanneksia Kahvia/teetä, maitoa ja mehua	Kasvispyöryköitä M,G Kermaviilikastiketta L,G Perunasosetta L,G Kukkakaali-ananas-vihersalaattia Leipää ja leivettä Maitoa, piimää ja vettä	Kahvia ja teetä Herkkukakkua L	Omenaista broilerikeittoa L,G Tuorevihanneksia Leipää ja leivettä Marjarahkaa L,G Maitoa, piimää ja vettä	Riisipiirakoita L ja munavoita Mehukeittoa Tuoretta hedelmää Maitoa, mehua ja teetä
SU	Riisihiutale-maitopuuroa L,G Hilloa Leipää ja leivettä Leikkelettä Tuorevihanneksia Kahvia/teetä, maitoa ja mehua	Savukassleria M BBQ -kermakastiketta L,G Uunipaahdettuja perunoita M,G Uunijuureksia Leipää ja leivettä Maitoa, piimää ja vettä	Kahvia ja teetä Suklaapiirasta L	Jauhis-perunakeittoa L,G Tuorevihanneksia Leipää ja leivettä Vanilja-pannacottaa L,G Maitoa, piimää ja vettä	Viiliä, hilloa ja pellavarouhetta Leipää ja leivettä Juustoa Tuoretta hedelmää Maitoa, mehua ja teetä

Muutokset mahdollisia. Lisätietoja allergeeneista keittiöhenkilökunnalta. L=laktoositon M=maidoton G=gluteeniton