

VIIKOT 36, 42, 48, 3, 9, 15	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA		
MAANANTAI	Mannapuuro, tuorepala	Jauhelihakastike ja riisi	Itse leivotut monivilja sämpylät		
TIISTAI	Kaurapuuro, tuorepala	Perunapalsternakka sosekeitto ja juuressipsit	pizza		
KESKIVIIKKO	Ruispuuro, tuorepala	Itsetehdyt kasvispihvit ja riisi sekä kermaviilikastike	tuoreita hedelmiä		
TORSTAI	Neljänviljanpuuro, tuorepala	Lohilaatikko	cream crackerit/hapankorppu. Kinkku/juusto		
PERJANTAI	Ohrapuuro, tuorepala	uunipastaa broilerista ja kasviksista	Itse leivotut monivilja sämpylät		
Aamupala ja lounas sisältävät aina maidon tai veden ja leivän. Lounaalla on aina hedelmää jälkiruuaksi, salaatti ja keittolounaalla itsetehty leipä, välipalalla aina maito, vesi tai itsetehty mehu sekä tuorepala		Erityisruokavaliot huomioidaan			
Ruuat ovat laktoosittomia					

VIIKOT 37, 43, 49, 4, 10, 16	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA		
MAANANTAI	Riisipuuro, tuorepala	Kanarisotto	Itse leivotut monivilja sämpylät/leivät/patongit		
TIISTAI	Mannapuuro, tuorepala	hernekeitto	pannukakku		
KESKIVIIKKO	Kaurapuuro, tuorepala	kermanen kalakeitto	Pojjulaisten lihis		
TORSTAI	Ruispuuro, tuorepala	lihapullat ja perunamuusi sekä paistettuja kasviksia	murot		
PERJANTAI	Neljänviljanpuuro, tuorepala	lasten toiveruoka	Itse leivotut monivilja sämpylät/leivät/patongit		
Aamupala ja lounas sisältävät aina maidon tai veden ja leivän. Lounaalla on aina hedelmää jälkiruuaksi, salaatti ja keittolounaalla itsetehty leipä, välipalalla aina maito, vesi tai itsetehty mehu sekä tuorepala		Erityisruokavaliot huomioidaan			
Ruuat ovat laktoosittomia					

38, 44, 50, 5, 11, 17	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA		
MAANANTAI	Ohrapuuro, tuorepala	Lihamakaronilaatikko	Itse leivotut monivilja sämpylät/ leivät/patongit		
TIISTAI	Riisipuuro, tuorepala	nakkipata	Itsesekoitettu jugurtti		
KESKIVIIKKO	Mannapuuro, tuorepala	punajuurikeitto	karjalanpiirakat		
TORSTAI	Kaurapuuro tuorepala	lohipyörykät ja perunamuussi	pirtelö		
PERJANTAI	Ruispuuro, tuorepala	broileria, kasviksia ja riisiä	Itse leivotut monivilja sämpylät/ leivät/patongit		
Aamupala ja lounas sisältävät aina maidon tai veden ja leivän. Lounaalla on aina hedelmää jälkiruuaksi, salaatti ja keittolounaalla itsetehty leipä, välipalalla aina maito, vesi tai itsetehty mehu sekä tuorepala		Erytisruokavaliot huomioidaan			
Ruuat ovat laktoosittomia					

VIIKOT 33, 39, 45, 51, 6, 12, 18	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA		
MAANANTAI	Neljänviljanpuuro, tuorepala	Juuressosekeitto	Itse leivotut monivilja sämpylät/leivät/ patongit		
TIISTAI	Ohrapuuro, tuorepala	borskeitto	kolmioleipä		
KESKIVIIKKO	Riisipuuro, tuorepala	hernekeitto	pannukakku		
TORSTAI	Mannapuuro, tuorepala	Jauhelihapihvit, perunaa ja punajuurta	smoothie		
PERJANTAI	Kaurapuuro, tuorepala	kaalilaatikko ja puolukoita	Itse leivotut monivilja sämpylät/leivät/ patongit		
Aamupala ja lounas sisältävät aina maidon tai veden ja leivän. Lounaalla on aina hedelmää jälkiruuaksi, salaatti ja keittolounaalla itsetehty leipä, välipalalla aina maito, vesi tai itsetehty mehu sekä tuorepala		Erityisruokavaliot huomioidaan			
Ruuat ovat laktoosittomia					

34, 40, 46, 52, 7, 13, 19	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA		
MAANANTAI	Ruispuuro, tuorepala	Kinkkukiusaus	Itse leivotut monivilja sämpylät/leivät/patongit		
TIISTAI	Neljänviljanpuuro, tuorepala	Minestronekeitto	paahdettuja marjoja sekä kauraa		
KESKIVIikko	Ohrapuuro, tuorepala	lihaperunasoselaatikko	Itse sekoitettu jugurtti		
TORSTAI	Riisipuuro, tuorepala	Lihamureke, paahdetut perunat ja paistettu kaalisipuli	Mysli		
PERJANTAI	Mannapuuro, tuorepala	Poijun pyttipannu	Itse leivotut monivilja sämpylät/leivät/patongit		
Aamupala ja lounas sisältävät aina maidon tai veden ja leivän. Lounaalla on aina hedelmää jälkiruuaksi, salaatti ja keittolounaalla itsetehty leipä, välipalalla aina maito, vesi tai itsetehty mehu sekä tuorepala		Erityisruokavaliot huomioidaan			

34, 40, 46, 52, 7, 13, 19	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA		
Ruuat ovat laktoosittomia					

RUOKALISTA

VIIKOT 35, 41, 47, 2, 8, 14	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA		
MAANANTAI	Kaurapuuro, tuorepala	Porkkanasosekeitto	Itse leivotut monivilja sämpylät/leivät/patongit		
TIISTAI	Ruispuuro, tuorepala	Kookoskeitto kalasta / kanasta	mustikkapuuro		
KESKIVIIKKO	Neljänviljanpuuro, tuorepala	Kaalipata	pinaattipannukakku		
TORSTAI	Ohrapuuro, tuorepala	Kalapihvit, perunaa ja punajuurta	tuoreita hedelmiä		
PERJANTAI	Riisipuuro, tuorepala	Lastentoiveruoka	Itse leivotut monivilja sämpylät/leivät/patongit		
Aamupala ja lounas sisältävät aina maidon ja leivän. Lounaalla on aina hedelmää jälkiruuaksi, salaatti ja keittolounaalla ruisleipä, välipalalla aina maito tai itsetehty mehu sekä tuorepala		Erityisruokavaliot huomioidaan			
Ruuat ovat laktoosittomia					