

	1	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA		
<b>MAANANTAI</b>		Ruispuuro, tuorepala	Jauhelihakastike ja riisi	Itse leivotut monivilja sämpylät/leivät/patongit		
<b>TIISTAI</b>		Neljänviljanpuuro, tuorepala	Kalakeitto	Kolmioleipää		
<b>KESKIVIIKKO</b>		Ohrapuuro, tuorepala	hernekeitto	pannukakkua		
<b>TORSTAI</b>		Riisipuuro, tuorepala	Itsetehdyt ihapullat, makarooni ja kasvikset	Mysliä		
<b>PERJANTAI</b>		Mannapuuro, tuorepala	Poijun pyttipannu	Itse leivotut monivilja sämpylät/leivät/patongit		
<b>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</b>			<b>Erityisruokavaliot huomioidaan</b>			
<b>Ruuat ovat laktoosittomia</b>						

	<b>AAMUPALA</b>	<b>LOUNAS</b>	<b>VÄLIPALA</b>		
<b>MAANANTAI</b>	Ohrapuuro, tuorepala	Lihamakaronilaatikko	Itse leivotut monivilja sämpylät/ leivät/patongit		
<b>TIISTAI</b>	Riisipuuro, tuorepala	Palsternakka- perunasosekeitto	Karjalanpiirakat		
<b>KESKIVIIKKO</b>	Mannapuuro, tuorepala	Broilerkookospata	Paahdettuja marjoja ja kauraa		
<b>TORSTAI</b>	Kaurapuuro tuorepala	Itsetehdyt jauhelihapihvit ja juureksia	marja-/ hedelmäpirtelö		
<b>PERJANTAI</b>	Ruispuuro, tuorepala	Uunipastaa broilerista	Itse leivotut monivilja sämpylät/ leivät/patongit		
<b>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</b>		<b>Erityisruokavaliot huomioidaan</b>			
<b>Ruuat ovat laktoosittomia</b>					

	<b>AAMUPALA</b>	<b>LOUNAS</b>	<b>VÄLIPALA</b>		
<b>MAANANTAI</b>	Mannapuuro, tuorepala	Juuressosekeitto	Itse leivotut monivilja sämpylät		
<b>TIISTAI</b>	Kaurapuuro, tuorepala	Borshkeitto	Mustikkapuuro		
<b>KESKIVIIKKO</b>	Ruispuuro, tuorepala	Kaalilaatikko	Maustamattomasta jugurtista tehty marja/ hedelmäjugurtti		
<b>TORSTAI</b>	Neljänviljanpuuro, tuorepala	Itsetehdyt kalapyörökät ja perunamuussi	cream crackerit/ hapankorppu/ näkkileipä Tuorepaloja		
<b>PERJANTAI</b>	Ohrapuuro, tuorepala	Lastentoiveruoka	Itse leivotut monivilja sämpylät		
<b>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</b>		<b>Erityisruokavaliot huomioidaan</b>			
<b>Ruuat ovat laktoosittomia</b>					

	<b>AAMUPALA</b>	<b>LOUNAS</b>	<b>VÄLIPALA</b>		
<b>MAANANTAI</b>	Neljänviljanpuuro, tuorepala	Nakkipata	Itse leivotut monivilja sämpylät/leivät/ patongit		
<b>TIISTAI</b>	Ohrapuuro, tuorepala	Hernekeitto	Pannukakku		
<b>KESKIVIIKKO</b>	Riisipuuro, tuorepala	Punajuurikeitto	Tuore hedelmäsalaatti		
<b>TORSTAI</b>	Mannapuuro, tuorepala	Lihaperunasoselaatikko	marja-/ hedelmäsMOOTHIE		
<b>PERJANTAI</b>	Kaurapuuro, tuorepala	Itsetehdyt kananuggetit ja paahdetut perunat	Itse leivotut monivilja sämpylät/leivät/ patongit		
<b>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</b>		<b>Erityisruokavaliot huomioidaan</b>			
<b>Ruuat ovat laktoosittomia</b>					

	<b>AAMUPALA</b>	<b>LOUNAS</b>	<b>VÄLIPALA</b>		
<b>MAANANTAI</b>	Riisipuuro, tuorepala	Kukkakaalikeitto	Itse leivotut monivilja sämpylät/leivät/patongit		
<b>TIISTAI</b>	Mannapuuro, tuorepala	Kaalipata	paahdettuja marjoja sekä kauraa		
<b>KESKIVIIKKO</b>	Kaurapuuro, tuorepala	Kinkkukiusaus	Pojjulaisten lihis		
<b>TORSTAI</b>	Ruispuuro, tuorepala	Itsetehdyt kalapihvit, perunamuusi ja kermaviilikastike	muroja		
<b>PERJANTAI</b>	Neljänviljanpuuro, tuorepala	Broilerkasvisrisotto	Itse leivotut monivilja sämpylät/leivät/patongit		
<b>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</b>		<b>Erityisruokavaliot huomioidaan</b>			
<b>Ruuat ovat laktoosittomia</b>					

RUOKALISTA

	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA		
<b>MAANANTAI</b>	Kaurapuuro, tuorepala	Minestronekeitto	Itse leivotut monivilja sämpylät/leivät/patongit		
<b>TIISTAI</b>	Ruispuuro, tuorepala	Porkkanasosekeitto	Pinaattipannukakku		
<b>KESKIVIikko</b>	Neljänviljanpuuro, tuorepala	Itsetehdyt kasvispihvit ja riisi	Pojjun pizza		
<b>TORSTAI</b>	Ohrapuuro, tuorepala	Lihamureke, perunamuusi ja kaalisipulipaistos	tuoreita hedelmiä		
<b>PERJANTAI</b>	Riisipuuro, tuorepala	Lastentoiveruoka	Itse leivotut monivilja sämpylät/leivät/patongit		
<b>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</b>		<b>Erytysruokavaliot huomioidaan</b>			
<b>Ruuat ovat laktoosittomia</b>					