

		Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
30 36 42 48	AAMUPALA	Kaurapuuro luomuhiutaleista	Mannapuuro luomusuurimoista	Ohrapuuro luomuhiutaleista	Ruispuuro luomuhiutaleista	Neljän viljan puuro luomuhiutaleista
	LOUNAS	Kalapyörykät L G Perunasose Tilli-jogurttikastike Vihersalaatti	Broilerikeitto M G Vaalealeipä Tuorejuusto Hedelmä	Makaronilaatikko L Lämmin kasvislisäke Porkkanaraaste	Sydänystävänpuuro L Mehukeitto Juusto Lanttupölkky	Kinkkukastike L G Pasta Lämmin kasvislisäke Kiinankaali- tomaattisalaatti
	VÄLIPALA	Luomusämpylä	Jogurtti Luomumysli	Marjasalaatti	Ohukaiset Tuoremarjahillo	Hedelmäkiisseli Luomumysli

Aamupalalla tarjolla lisäksi ruis- ja näkkileipää, levitettä, kasviksia (kurkku, tomaatti, paprika tai jääsalaatti), hedelmiä ja rasvatonta luomumaitoa. Tarjolla lisäksi kerran viikossa kalkkunaleikkelettä tai juustoa.

Lounaalla tarjolla lisäksi ruisleipää, näkkileipää, levitettä, rasvatonta luomumaitoa ja piimää.

Välipalalla tarjolla lisäksi ruis- ja näkkileipää, levitettä, kasviksia (kurkku, tomaatti, paprika tai jääsalaatti), hedelmiä ja rasvatonta luomumaitoa. Tarjolla lisäksi kerran viikossa kalkkunaleikkelettä tai juustoa.

Ruokalistamuutokset mahdollisia.



II		Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
31 37 43 49	AAMUPALA	Neljän viljan puuro luomuhiutaleista	Kaurapuuro luomuhiutaleista	Mannapuuro luomusuurimoista	Ohrapuuro luomuhiutaleista	Ruispuuro luomuhiutaleista
	LOUNAS	Lihapyörökät M Perunasose Ruskeakastike Kaali-porkkana- hedelmäsalaatti	Kasvisseikeitto L G Vaalealeipä Juusto Kasvis leivänpäälle Jogurtti ja marjat	Kalakiusaus L G Lämmin kasvislisäke Jäävuori-kurkku- mandariinisalaatti	Hernekeitto M G Tuorejuusto Porkkanapökky	Broilerikastike L M Ohrahelmi Lämmin kasvislisäke Punakaali- persikkasalaatti Mustaherukkahillo
	VÄLIPALA	Kaurainen luomuvarrasleipä, Luomukananmuna	Smoothie	Hedelmärahka	Porkkanaohukaiset Tuoremarjahillo	Marjakiisseli Luomumysli

Aamupalalla tarjolla lisäksi ruis- ja näkkileipää, levitettä, kasviksia (kurkku, tomaatti, paprika tai jääsalaatti), hedelmiä ja rasvatonta luomumaitoa. Tarjolla lisäksi kerran viikossa kalkkunaleikkelettä tai juustoa.

Lounaalla tarjolla lisäksi ruisleipää, näkkileipää, levitettä, rasvatonta luomumaitoa ja piimää.

Välipalalla tarjolla lisäksi ruis- ja näkkileipää, levitettä, kasviksia (kurkku, tomaatti, paprika tai jääsalaatti), hedelmiä ja rasvatonta luomumaitoa. Tarjolla lisäksi kerran viikossa kalkkunaleikkelettä tai juustoa.

Ruokalistamuutokset mahdollisia.



		Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
32 38 44 50	III AAMUPALA	Ruispuuro luomuhiutaleista	Neljän viljan puuro luomuhiutaleista	Kaurapuuro luomuhiutaleista	Mannapuuro luomusuurimoista	Ohrapuuro luomuhiutaleista
	LOUNAS	Pinaattihukkaat L Kermaperunat L G Puolukkahillo Vihersalaatti Raejuusto	Makkarakeitto M G Vaalealeipä Tuorejuusto Lanttupölkky	Broileripastavuoka L Lämminkasvislisäke Kaali-ananassalaatti	Riisipuuro L G Mehukeitto Juusto Kasvis leivänpäälle	Kalakastike L G Peruna Lämmin kasvislisäke Jäävuori-kurkku- persikkasalaatti
	VÄLIPALA	Luomukaurapala	Jogurtti Luomumysli	Marjavanukas	Riisipiirakka	Suklaakiisseli

Aamupalalla tarjolla lisäksi ruis- ja näkkileipää, levitettä, kasviksia (kurkku, tomaatti, paprika tai jääsalaatti), hedelmiä ja rasvatonta luomumaitoa. Tarjolla lisäksi kerran viikossa kalkkunaleikkelettä tai juustoa.

Lounaalla tarjolla lisäksi ruisleipää, näkkileipää, levitettä, rasvatonta luomumaitoa ja piimää.

Välipalalla tarjolla lisäksi ruis- ja näkkileipää, levitettä, kasviksia (kurkku, tomaatti, paprika tai jääsalaatti), hedelmiä ja rasvatonta luomumaitoa. Tarjolla lisäksi kerran viikossa kalkkunaleikkelettä tai juustoa.

Ruokalistamuutokset mahdollisia.



		Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
33 39 45 51	IV AAMUPALA	Ohrapuuro luomuhiutaleista	Ruispuuro luomuhiutaleista	Neljän viljan puuro luomuhiutaleista	Kaurapuuro luomuhiutaleista	Mannapuuro luomusuurimoista
	LOUNAS	Broilerinugetit M Ohrahelmi Currydippi Kaali-porkkana- hedelmäsalaatti	Lihakeitto M G Vaalealeipä Tuorejuusto Kasvis leivänpäälle	Uunikala L G Peruna Lämmin kasvislisäke Kiinankaali-punajuuri- omenasalaatti	Pinaattivelli L G Kananmuna Hedelmä	Kaalilaatikko M Lämmin kasvislisäke Porkkanaraaste Puolukkahillo
	VÄLIPALA	Luomusämpylä	Smoothie	Hedelmäsalaatti	Pannukakku Tuoremarjahillo	Hedelmäkiisseli Luomumysli

Aamupalalla tarjolla lisäksi ruis- ja näkkileipää, levitettä, kasviksia (kurkku, tomaatti, paprika tai jääsalaatti), hedelmiä ja rasvatonta luomumaitoa. Tarjolla lisäksi kerran viikossa kalkkunaleikkelettä tai juustoa.

Lounaalla tarjolla lisäksi ruisleipää, näkkileipää, levitettä, rasvatonta luomumaitoa ja piimää.

Välipalalla tarjolla lisäksi ruis- ja näkkileipää, levitettä, kasviksia (kurkku, tomaatti, paprika tai jääsalaatti), hedelmiä ja rasvatonta luomumaitoa. Tarjolla lisäksi kerran viikossa kalkkunaleikkelettä tai juustoa.

Ruokalistamuutokset mahdollisia.



V	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
AAMUPALA	Mannapuuro luomusuurimoista	Ohrapuuro luomuhiutaleista	Ruispuuro luomuhiutaleista	Neljän viljan puuro luomuhiutaleista	Kaurapuuro luomuhiutaleista
34 40 46 52 LOUNAS	Kalapuikot L M G Perunasose Tartar-kastike Kaali-porkkana- hedelmäsalaatti	Jauhelihakeitto L G Vaalealeipä Tuorejuusto Porkkanapölkky	Broilerikastike L M Ohrahelmi Uunijuurekset Vihersalaatti Mustaherukkahillo	Perunavelli L G Riisipiirakka Juusto Kasvis leivän päälle	Liha-perunalaatikko M G Lämmin kasvislisäke Kaali-puolukkasalaatti
VÄLIPALA	Kaurainen luomuvarrasleipä	Jogurtti Luomumysli	Marjarahka	Pinaattiohukaiset Tuoremarjahillo	Puolukkavispipuuro Luomumaito

Aamupalalla tarjolla lisäksi ruis- ja näkkileipää, levitettä, kasviksia (kurkku, tomaatti, paprika tai jääsalaatti), hedelmiä ja rasvatonta luomumaitoa. Tarjolla lisäksi kerran viikossa kalkkunaleikkelettä tai juustoa.

Lounaalla tarjolla lisäksi ruisleipää, näkkileipää, levitettä, rasvatonta luomumaitoa ja piimää.

Välipalalla tarjolla lisäksi ruis- ja näkkileipää, levitettä, kasviksia (kurkku, tomaatti, paprika tai jääsalaatti), hedelmiä ja rasvatonta luomumaitoa. Tarjolla lisäksi kerran viikossa kalkkunaleikkelettä tai juustoa.

Ruokalistamuutokset mahdollisia.



VI		Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
35 41 47	AAMUPALA	Kaurapuuro luomuhiutaleista	Mannapuuro luomusuurimoista	Ohrapuuro luomuhiutaleista	Ruispuuro luomuhiutaleista	Neljän viljan puuro luomuhiutaleista
	LOUNAS	Uunimakkara M G Perunasose Kurkkusalaatti Vihersalaatti	Juressosekeitto L G Vaalealeipä Juusto Hedelmä	Broilerikiusaus L G Lämmin kasvislisäke Kaali- mustaherukkasalaatti	Kalakeitto L G Tuorejuusto Kasvis leivänpäälle	Jauhelihakastike L G Perunat Lämmin kasvislisäke Punakaali- persikkasalaatti
	VÄLIPALA	Luomu maalaisleipä Luomukananmuna	Smoothie	Hedelmävanukas	Luomumurot Luomumaito	Marjakiisseli Luomumysli

Aamupalalla tarjolla lisäksi ruis- ja näkkileipää, levitettä, kasviksia (kurkku, tomaatti, paprika tai jääsalaatti), hedelmiä ja rasvatonta luomumaitoa. Tarjolla lisäksi kerran viikossa kalkkunaleikkelettä tai juustoa.

Lounaalla tarjolla lisäksi ruisleipää, näkkileipää, levitettä, rasvatonta luomumaitoa ja piimää.

Välipalalla tarjolla lisäksi ruis- ja näkkileipää, levitettä, kasviksia (kurkku, tomaatti, paprika tai jääsalaatti), hedelmiä ja rasvatonta luomumaitoa. Tarjolla lisäksi kerran viikossa kalkkunaleikkelettä tai juustoa.

Ruokalistamuutokset mahdollisia.

