

**MUUTOS EKKS ruokalista viikot 13,14,18,19****VIKKO 13**

**Kaikilla aterioilla on tarjolla leipää,  
kasvirasvaveitettä,  
maitoa ja piimää.  
Iltaisin teetä. kahvia tai kaakaota tilanteen mukaan.**

<b>Maanantai</b>	<b>Tiistai</b>	<b>Keskiviikko</b>	<b>Torstai</b>	<b>Perjantai</b>	<b>Lauantai</b>	<b>Sunnuntai</b>
<b>Aamupala</b> 3-viljanpuuro Juusto Vihannes  <b>Lounas</b> Kasvismoussaka Punakaali-rapea- porkkanasalaatti Raejuusto Appelsiiniikiisseli	<b>Aamupala</b> Kaurahiutalepuuro Marjasose Leikkele Tuoremehu  <b>Lounas</b> Jauheliha- makaronilaatikko Juuresraaste <b>Marjakiisseli</b>	<b>Aamupala</b> Sydänystävänpuuro Hedelmäsose Leikkele Tuoremehu  <b>Lounas</b> Lempeä kanakeitto Ruisleipä Kuningatarrahka	<b>Aamupala</b> Ruishiutalepuuro Munakokkeli Vihannes  <b>Lounas</b> Uunimakkara Perunasose Rapea-tomaatti- kurkkusalaatti Mansikkakiisseli	<b>Aamupala</b> Kauralesepuuro Juusto Vihannes  <b>Lounas</b> <b>Stroganoff</b> <b>Perunat</b> <b>Lämmin kasvis</b> <b>Rapea-porkkana-            ananassalaatti</b> <b>Jäätelö</b> <b>Marjainen hillo</b>	<b>Aamupala</b> Ohrahiutalepuuro <b>Leikkele</b> Tuoremehu  <b>Lounas</b> <b>Kirjolahikiusaus</b> <b>Höyrytetyt</b> <b>porkkanat</b> <b>Rapea-kurkku-            hunajameloni</b> <b>salaatti</b> <b>Jogurtti-            mangomousse</b>	<b>Aamupala</b> 4-viljan puuro Marjasekoitus Leikkele Tuoremehu  <b>Lounas</b> <b>Uunikalkkuna</b> <b>Sitruunakastike</b> <b>Perunat</b> <b>Sekavihannes</b> <b>Rapea-kurkku-            porkkanasalaatti</b> <b>Suklaakiisseli</b>
<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä
<b>Päivällinen</b> Suikalelihakastike Perunasose Rapea-kurkku- ananassalaatti	<b>Päivällinen</b> Koskenlaskijan kalakeitto Ruispuolukkapuuro	<b>Päivällinen</b> Kasvispihvit Juustokastike Perunat Rapea-kesäkurpitsa- paprikasalaatti	<b>Päivällinen</b> Kasvis-kaalikeitto Juusto Punaherukka- vispipuuro	<b>Päivällinen</b> <b>Aurinkoinen</b> <b>bataattikeitto</b> <b>Ruisleipä</b> <b>Juusto</b> <b>Vihannes</b>	<b>Päivällinen</b> <b>Pinaattikeitto</b> <b>Kananmuna</b> <b>Rouhesämpylä</b> <b>Hedelmä</b>	<b>Päivällinen</b> Mannapuuro Hedelmäkeitto Juusto
<b>Iltaapala</b> Kaurasämpylä Leikkele Juurespala	<b>Iltaapala</b> Rouheleipä Kananmuna Vihannes	<b>Iltaapala</b> Riisipiirakka Leikkele Maustekurkku	<b>Iltaapala</b> Päärynäviili Perunalepuska	<b>Iltaapala</b> 4-viljan leipä Leikkele Vihannes	<b>Iltaapala</b> Mehukeitto Rouheleipä Vihannes	<b>Iltaapala</b> Vatruska Tuorejuusto

**MUUTOS EKKS ruokalista viikot 13,14,18,19****VIKKO 14**

**Kaikilla aterioilla on tarjolla leipää, kasvirasvavevitettä, maitoa ja piimää.  
Iltaisin teetä, kahvia tai kaakaota tilanteen mukaan.**

<b>Maanantai</b>	<b>Tiistai</b>	<b>Keskiviikko</b>	<b>Torstai</b>	<b>Perjantai</b>	<b>Lauantai</b>	<b>Sunnuntai</b>
<b>Aamupala</b> Kaurahiutalepuuro Leikkele Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Sydänystävänpuuro Kananmuna Vihannes	<b>Aamupala</b> 4-viljan puuro Juusto Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Mannapuuro Leikkele Hedelmäsose Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Kauralesepuuro Juusto Marjasekoitus	<b>Aamupala</b> Ruishiutalepuuro Munakokkeli Vihannes	<b>Aamupala</b> Vehnähiutalepuuro Marjasose Leikkele Tuoremehu
<b>Lounas</b> <b>Lohimurekepihvit</b> <b>Tilli-</b> <b>kermaviilikastike</b> <b>Perunasose</b> <b>Rapea-tomaatti-</b> <b>paprikasalaatti</b> <b>Mämmi</b> <b>Kerma</b>	<b>Lounas</b> Broilerikeitto Rouhesämpylä Juusto Hedelmäsalaatti	<b>Lounas</b> Kasvispihvit Kermaviilikastike Perunasose Rapea-porkkana- ananassalaatti Marjarahka	<b>Lounas</b> Broileripyttipannu Rapea-kiinankaali- kurkku- kurpitsasalaatti Raparperikiisseli	<b>Lounas</b> Italianpata Mehevä kaaliraaste Punaherukka- vispipuuro	<b>Lounas</b> Merimiespihvit talon tapaan Höyrytettyt porkkanat Rapea-maissi- punasalaatti Hedelmäjogurtti	<b>Lounas</b> Mantelikala Perunasose Rapea-kurkku- persikkasalaatti Mansikkakiisseli
<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä
<b>Päivällinen</b> <b>Makkarakeitto</b> <b>Ruispuikula</b> <b>Hedelmä</b>	<b>Päivällinen</b> Potlohko Rapea-tomaatti- kesäkurpitsasalaatti	<b>Päivällinen</b> Kalastajan keitto Hedelmäpuuro	<b>Päivällinen</b> Kinkkukastike Pasta Rapea-porkkana- tomaattisalaatti	<b>Päivällinen</b> Porkkanasosekeitto Raejuusto Ruispuikula Vihannes	<b>Päivällinen</b> Ohrapuuro Marjakeitto Leikkele	<b>Päivällinen</b> Italialainen jauhelihakeitto Juusto Hedelmä
<b>Iltapala</b> Päärynäviili 4-viljan leipä Vihannes	<b>Iltapala</b> Mansikka-mustikka tuorepuuro	<b>Iltapala</b> Mehukeitto Rouheleipä Vihannes	<b>Iltapala</b> Riisipiirakka Munavoi	<b>Iltapala</b> Perunalepuska Tuorejuusto Vihannes	<b>Iltapala</b> Rouheleipä Juusto Vihannes	<b>Iltapala</b> Kuningattaren ruispuuro

## MUUTOS EKKS ruokalista viikot 13,14,18,19

### VIKKO 18

Kaikilla aterioilla on tarjolla leipää, kasvirasvavitettä, maitoa ja piimää.  
Iltaisin teetä, kahvia tai kaakaota tilanteen mukaan.

#### Aamupala

Hyvän elon puuro  
Juusto  
Tuoremehu

#### Aamupala

Ohrahiutalepuuro  
Mustikkasose  
Juusto  
Vihannes

#### Aamupala

4-viljan puuro  
Munakokkeli  
Vihannes

#### Aamupala

Sydänystävänpuuro  
Juusto  
Marjainen hillo  
Tuoremehu

#### Aamupala

Kaurahiutalepuuro  
Kananmuna  
Vihannes

#### Aamupala

Ruishiutalepuuro  
Juusto  
Tuoremehu

#### Aamupala

3-viljanpuuro  
Leikkele  
Vihannes  
Tuoremehu

#### Lounas

Jauhelihakastike  
Perunat  
Rapea-tomaatti-  
punakaalisalaatti  
Raparperi-  
mansikkapuuro

#### Lounas

Cappellin kana-  
pastavuoka  
**Rapea-kurkku-  
persikkasalaatti**  
Sitruunamousse

#### Lounas

**Ylikypsää possun  
niskaa**  
**Kermaperunat**  
**Lämmin kasvis**  
**Rapea-kurkku-  
paprikasalaatti**  
**Mango-limemousse**

#### Lounas

Juustoinen  
broilerikastike  
Perunat  
Rapea-  
mangokurpitsa-  
kurkkusalaatti  
Mustaherukka  
vispipuuro

#### Lounas

Pinaattinen mifu-  
perunakiusaus  
Rapea-tomaatti-  
maissisalaatti  
Vadelmakiisseli

#### Lounas

Stroganoff  
Perunat  
Vihersalaatti  
Marjajogurtti

#### Lounas

Uunibroileri  
Curry-  
kermaviilikastike  
Täysjyväriisi  
Rapea-kurkku-  
keltainen  
paprikasalaatti  
Persikkarahka

#### Päiväkahvi

Kahvileipä

#### Päiväkahvi

Kahvileipä

#### Päiväkahvi

Kahvileipä

#### Päiväkahvi

Kahvileipä

#### Päiväkahvi

Kahvileipä

#### Päiväkahvi

Kahvileipä

#### Päiväkahvi

Kahvileipä

#### Päivällinen

Juussosekeitto  
Leikkele  
Hedelmä

#### Päivällinen

**Keitetyt nakit**  
**Perunasose**  
**Perunasalaatti**  
**Porkkana-  
mandariiniraaste**

#### Päivällinen

**Kalakeitto**  
**Ruisleipä**  
**Leikkele**  
**Hedelmä**

#### Päivällinen

Kermanainen lohi-  
kasvispannu  
Punajuurisalaatti

#### Päivällinen

Lihapyörykät  
Ruskea kastike  
Perunasose  
Rapea-kesäkurpitsa-  
paprikasalaatti

#### Päivällinen

Keltainen  
vihanneskeitto  
Raejuusto  
Sämpylä  
Hedelmä

#### Päivällinen

Minestronekeitto  
Perunapiirakka  
Munavoi

#### Iltaapala

Rieska  
Tuorejuusto  
Vihannes

#### Iltaapala

Mansikka-  
banaanituorepuuro  
Leikkele

#### Iltaapala

Päärynäviili  
Kauranappi  
Vihannes

#### Iltaapala

Mehukeitto  
Leikkele  
Vihannes

#### Iltaapala

Porkkana-  
perunaruutu  
Juusto  
Hedelmä

#### Iltaapala

Omena-vadelma-  
puolukkapuuro

#### Iltaapala

Ruisleipä  
Juusto  
Vihannes

# MUUTOS EKKS ruokalista viikot 13,14,18,19

## VIKKO 19

Kaikilla aterioilla on tarjolla leipää,  
kasvirasvavitettä,  
maitoa ja piimää.  
Iltaisin teetä, kahvia tai kaakaota tilanteen mukaan.

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
<b>Aamupala</b> Kaurahiutalepuuro Leikkele Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Sydänystävänpuuro Kananmuna Vihannes	<b>Aamupala</b> 4-viljan puuro Juusto Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Mannapuuro Leikkele Hedelmäsose Tuoremehu	<b>Aamupala</b> Kauralesepuuro Juusto Marjasekoitus	<b>Aamupala</b> Ruishiutalepuuro Munakokkeli Vihannes	<b>Aamupala</b> Vehnähiutalepuuro Marjasose Leikkele Tuoremehu
<b>Lounas</b> Makkarakastike Perunat Rapea-tomaatti- paprikasalaatti Mustikkakiisseli	<b>Lounas</b> Broilerikeitto Rouhesämpylä Juusto Hedelmäsalaatti	<b>Lounas</b> Kasvispihvit Kermaviilikastike Perunasose Rapea-porkkana- ananassalaatti Marjarahka	<b>Lounas</b> <b>Curryporsas</b> <b>Perunat</b> <b>Höyrytetyt</b> <b>porkkanat</b> <b>Rapea-kurkku- paprikasalaatti</b> <b>Raparperikiisseli</b> <b>Rahka-kermavaahto</b>	<b>Lounas</b> Italianpata Mehevä kaaliraaste Punaherukka- vispipuuro	<b>Lounas</b> Merimiespihvit talon tapaan Höyrytetyt porkkanat Rapea-maissi- punasalaatti Hedelmäjuogurtti	<b>Lounas</b> Mantelikala Perunasose Rapea-kurkku- persikkasalaatti Mansikkakiisseli
<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvileipä
<b>Päivällinen</b> Saariston savukalavuoka Rapea-porkkana- punajuurisalaatti	<b>Päivällinen</b> Potlohko Rapea-tomaatti- kesäkurpitsasalaatti	<b>Päivällinen</b> Kalastajan keitto Hedelmäpuuro	<b>Päivällinen</b> <b>Broileripyttipannu</b> <b>Rapea-kiinankaali- kurkku- kurpitsasalaatti</b>	<b>Päivällinen</b> Porkkanasosekeitto Raejuusto Ruispuikula Vihannes	<b>Päivällinen</b> Ohrapuuro Marjakeitto Leikkele	<b>Päivällinen</b> Italialainen jauhelihakeitto Juusto Hedelmä
<b>Iltaapala</b> Päärynäviili 4-viljan leipä Vihannes	<b>Iltaapala</b> Mansikka-mustikka tuorepuuro	<b>Iltaapala</b> Mehukeitto Rouheleipä Vihannes	<b>Iltaapala</b> Riisipiirakka Munavoi	<b>Iltaapala</b> Perunalepuska Tuorejuusto Vihannes	<b>Iltaapala</b> Rouheleipä Juusto Vihannes	<b>Iltaapala</b> Kuningattaren ruispuuro