

Viikko: 42, 47, 52, 5, 10, 15

I	vm	Aamupala	Lounas	Välipala	Päivällinen	Iltapala
Ma	14.10. 18.11. 23.12 27.1 2.3 6.4.	Kaurahiutalepuuro Vihannes Juusto	 Broilerikastike, riisit Salaatti	Rouheleipä Tuorepala Hedelmäjogurtti	 Tomaattinen italianpata Salaatti	Porkkanapiirakka Vihannes
Ti	15.10. 19.11. 24.12. 28.1 3.3 7.4.	Sydänystävänpuuro Kananmuna Tuoremehu	 Jauheliha-perunalaatikko Salaatti	Sekamarjakiisseli Rahka-kermavaahto	Nakit, perunasose Salaatti	Ruisleipä Vihannes
Ke	16.10. 20.11. 25.12. 29.1. 4.3 8.4.	Murot, marjasose Ruisleipä Leikkele	 Kalakeitto Ruisleipä Marjavispipuuro	Lepuska Hedelmä	 Possukastike Perunat Salaatti	Marjavispipuuro
To	17.10. 21.11. 26.12. 30.1. 5.3 9.4.	Kauralesepuuro Vihannes	Merimiehen kasvispata Salaatti Auringonkukansiemenet	Täysjyväsämpylä Vihannes	 Kalkkunakiusaus Salaatti	Ruisleipä Marjakeitto
Pe	18.10. 22.11. 27.12. 31.1. 6.3. 10.4.	4-viljanpuuro Munakokkeli Vihannes	 Lasagne Salaatti	Ruusunmarjarahka*	 Kasvissosekeitto Ruisleipä Hedelmä	Ruis-puolukkapuuro
La	19.10. 23.11. 28.12. 1.2. 7.3. 11.4.	Mannapuuro Vihannes Tuoremehu	 Lihakeitto Ruisleipä Omenapaistos Vaniljakastike	Kaakao Rouhepatonki Tuorepala	 Kirjolahikiusaus Salaatti	Rouheleipä Hedelmä
Su	20.10. 24.11. 29.12. 2.2. 8.3. 12.4.	Ruishiutalepuuro Marjasose	 Uunibroileri, Perunat Curry-kermakastike Salaatti Hedelmäsalaatti	Ruispala, kananmuna Vihannes	 Ohrapuuro Vadelmakeitto	Mangorahka Ruisleipä

Viikko: 43, 48, 1, 6, 11, 16

II	Pvm	Aamupala	Lounas	Välipala	Päivällinen	Iltapala
Ma	21.10.	Vehnähiutalepuuro Vihannes	 Jauheliuhakeitto Rouheleipä Hedelmä	Marjainen jogurtti Ruisleipä	Kalaleike Perunasose Salaatti	Rouhesämpylä Juusto Hedelmä
	25.11.					
	30.12.					
	3.2.					
	9.3.					
Ti	13.4.	Kaurahiutalepuuro Munakokkeli Tuoremehu	Kasvis-papuvuoka Auringonkukan siemenet Salaatti	Karviaiskiisseli Ruisvoileipäkeksi	 Broilerikeitto Ruisleipä Hedelmä	Karviaiskiisseli Ruisleipä
	22.10.					
	26.11.					
	31.12.					
	4.2.					
Ke	10.3.	Ohrahiutalepuuro Juusto Vihannes	 Jauheliha-makaronilaatikko Salaatti	Kaakao, rouheleipä Tuorepala	Siskonmakkarakeitto Ruisleipä Hedelmäjogurtti	Perunarieska Raejuustomunavoi
	14.4.					
	23.10.					
	27.11.					
	1.1.					
To	5.2.	Murot ja marjat Ruisleipä Tuorepala	 Kalastajankeitto Ruisleipä Mustaherukkarahka	Riisipiirakka Tuorepala	 Merimiespihvit Talon tapaan Salaatti	Mustaherukkarahka
	11.3.					
	15.4.					
	24.10.					
	28.11.					
Pe	2.1.	Kauralesepuuro Leikkele Vihannes	Makkarakastike Perunat, porkkanat Salaatti	Porkkanaohukaiset Omenasose Raejuusto	 Juuressosekeitto Ruisleipä Hedelmä	Ruisleipä Kananmuna Vihannes
	6.2.					
	12.3.					
	16.4.					
	25.10.					
La	29.11.	4-viljanpuuro Tuoremehu Vihannes	 Lohikeitto Ruisleipä Ruispuolukkapuuro	Ruisleipä Tuorepala	 Juustoinen uunimunakas Salaatti *	Täysjyvässämpylä Hedelmä
	3.1.					
	7.2.					
	13.3.					
	17.4.					
Su	26.10.	Hyvän elon puuro Marjasose	 Karjalanpaisti, perunat Porkkanalaatikko Salaatti Vadelmakiisseli	Jäätelö Marjainen hillo	Uuni-ohrapuuro Mehukeitto	Vadelmakiisseli Rouheleipä Vihannes
	30.11.					
	4.1.					
	8.2.					
	14.3.					
	18.4.					
	27.10.					
	1.12.					
	5.1.					
	9.2.					
	15.3.					
	19.4.					

Viikko: 44, 49, 2, 7, 12

III	Pvm	Aamupala	Lounas	Välipala	Päivällinen	Iltapala
Ma	28.10. 2.12. 6.1. 10.2. 16.3	Kaurahiutalepuuro Juusto Tuoremehu	 Broilerikiusaus Salaatti	Marjarahka * Ruispala	 Porkkanasosekeitto Ruisleipä Vihannes	Marjarahka Täysjyväleipä
Ti	29.10. 3.12. 7.1. 11.2. 17.3	Riisihiutalepuuro Vihannes	Lihapyörykät, kastike Perunat tai perunasose Salaatti	Ruisleipä Vihannes	 Kalakeitto Ruisleipä Hedelmä	Lepuska Leikkele Vihannes
Ke	30.10. 4.12. 8.1. 12.2. 18.3	Ruishiutalepuuro Munakokkeli Tuoremehu	 Kasvislasagne Salaatti Auringonkukansiemenet	Maustamaton jogurtti Marjat Ruisleipä	 Suikalelihakastike Perunat Salaatti	Ruusunmarjakiisseli Ruisleipä Tuorepala
To	31.10. 5.12. 9.1. 13.2. 19.3	Murot ja marjat Ruisleipä vihannes	Kalapyörykät, perunat Kastike Salaatti	Ruisleipä Vihannes	Uunimakkara Perunasose Salaatti	Rouheleipä Hedelmä
Pe	1.11. 6.12. 10.1. 14.2. 20.3	Sydänystävänpuuro Kananmuna Tuorepala	 Jauhelihakastike Perunat Salaatti	Herukkakiisseli Rieska Vihannes	 Purjo-perunasosekeitto Ruispala Hedelmä	Täysjyväsämpylä Juusto Vihannes
La	2.11. 7.12. 11.1. 15.2. 21.3	4-viljanpuuro Vihannes	 Juusto-kasviskeitto Ruisleipä Hedelmä	Marjapaistos Vaniljakastike	Savolainen perunalaatikko Salaatti	Puolukkavispipuuro Vihannes
Su	3.11. 8.12. 12.1. 16.2. 22.3	Orahiutalepuuro Vadelmasose	 Uunilohi Perunasose Salaatti Hedelmäsalaatti	Rouheleipä Vihannes	 Mannapuuro Marjakeitto	Talon leipää Vihannes

Viikko: 45, 50, 3, 8, 13

IV	Pvm	Aamupala	Lounas	Välipala	Päivällinen	Iltapala
Ma	4.11. 9.12. 13.1. 17.2. 23.3.	Vehnähiutalepuuro Juusto Vihannes	Nakkikastike Perunat Salaatti	Karviaiskiisseli Ruispala Tuorepala	Kuorrutettu kalavuoka Salaatti	Karviaiskiisseli Ruisleipä
Ti	5.11. 10.12. 14.1. 18.2. 24.3.	Kaurahiutalepuuro Vihannes	 Potlohko Salaatti	Kaurapuikula Juusto Vihannes	Porkkanaohukaiset Omena-puolukkahillo Perunasose Salaatti	Mustaherukka- vispipuuro
Ke	6.11. 11.12. 15.1. 19.2. 25.3.	Ruis-ohrahiutalepuuro Vihannes Tuoremehu	 Tomaattikala Perunat Salaatti	Kolmenmarjankiisseli Ruisleipä	 Jauheliha-makaronipata Salaatti	Täysjyväleipä Vihannes
To	7.11. 12.12. 16.1. 20.2. 26.3.	Kaakao Rouhesämpylä Vihannes	Vege-perunasosevuoka Salaatti Auringonkukansiemenet	Perunarieska Munavoi Vihannes	 Lihamureke, kastike Perunat Salaatti	Ruisleipä Vihannes
Pe	8.11. 13.12. 17.1. 21.2. 27.3.	4-viljanpuuro Kananmuna Vihannes	 Palvarin kiusaus Salaatti	Marjasalaatti Raejuusto Ruisleipä	 Juuressosekeitto Ruisleipä, juusto Herukkarahka*	Riisipiirakka Tuorepala
La	9.11. 14.12. 18.1. 22.2. 28.3.	Kauralesepuuro Marjasose	 Koskenlaskijan kalakeitto Ruisleipä Hedelmä	Aprikoosivispipuuro Tuorepala	 Jauheliha- perunasoselaatikko Salaatti	Ruisleipä, leikkele Hedelmä
Su	10.11. 15.12. 19.1. 23.2. 29.3.	Ruishiutalepuuro Munakokkeli Tuoremehu	 Palapaisti, perunat Salaatti Marjakiisseli	Pulla Hedelmä	 Ohrapuuro Marjasose Vihannes	Rouhesämpylä Vihannes

Viikko: 46, 51, 4, 9, 14

V	Pvm	Aamupala	Lounas	Välipala	Päivällinen	Iltapala
Ma	11.11. 16.12. 20.1. 24.2. 30.3.	Ruishiutalepuuro Marjasose	 Jauhelihakastike, perunat Salaatti	Ruispala Juusto Hedelmä	Keltainen vihanneskeitto Ruisleipä Marjarahka	Kaurasämpylä Mehukeitto
Ti	12.11. 17.12. 21.1. 25.2. 31.3.	Murot Marjasose Ruisleipä Leikkele	 Hernekeitto Pannukakku Marjainen hillo	Ruisleipä Vihannes	 Broileripasta Salaatti	Rouheleipä Hedelmä
Ke	13.11. 18.12. 22.1. 26.2. 1.4.	Sydänystävänpuuro Vihannes	 Juustoinen uunikala Perunat Salaatti	Lepuska Munavoi Vihannes	 Liha-kaalikeitto Ruisleipä Hedelmä	Marjakeitto Ruisleipä Vihannes
To	14.11. 19.12. 23.1. 27.2. 2.4.	4-viljanpuuro Munakokkeli Tuoremehu	 Aurinkoinen makaronilaatikko Salaatti Auringonkukan siemenet	Marjajogurtti	Makkarajuurespata Salaatti	Ruisleipä Juusto Vihannes
Pe	15.11. 20.12. 24.1. 28.2. 3.4.	Kauralesepuuro Juusto Tuorepala	 Kaalilaatikko, puolukkaa Salaatti	Ruisleipä Vihannespalat*	 Lempeä kanakeitto Rieska Hedelmä	Herukkavispipuuro
La	16.11. 21.12. 25.1. 29.2. 4.4.	Ohrahiutalepuuro Vihannes	 Jauhelihakeitto Ruisleipä Omena-puolukkapaistos jäätelö	Rouheleipä Vihannes	 Lohilaatikko Salaatti	Ruisleipä Kananmuna
Su	17.11. 22.12. 26.1. 1.3. 5.4.	3-viljanpuuro Marjasose	 Kalkkunaa kastikkeessa Perunat Salaatti Aprikoosikiisseli	Ruispala Hedelmä	Riisipuuro Mehukeitto Leikkele	Grahamlihapirakka Vihannes