



21.10.2024 - 25.10.2024

maanantai 21.10.2024	tiistai 22.10.2024	keskiviikko 23.10.2024	torstai 24.10.2024	perjantai 25.10.2024
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
LOUNAS TALON TAPAAN L, G, M RUSKEA KASTIKE L, M	KALAA TALON TAPAAN L, G, M KERMAVILIKASTIKE L, G	POSSUNLIHAKAITTO L, G, M	BUTTER CHICKEN L, G	JAUHELIHA- MAKARONILAATIKKO L, M
Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas
KASVISPIHVI L, G, M	LOUNAS TALON TAPAAN L, G, M KERMAVILIKASTIKE L, G	TÄYTELÄINEN PAPUKEITTO L, G	LINSSIBOLOGNESE L, G, M	MAKARONILAATIKKO HERNEPROTEIINILLA L, M
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
MARJAKIISSSELI L, G, M	MANSIKKA- RAPARPERIPAISTOS L, M VANILJAKASTIKE L, G	Perunarieska L, M	AURINKOKIISSSELI L, G, M	HEDELMÄSMOOTHIE L, G

Ateriat sisältävät lisäksi vihannesta / salaattia, leipää, levitettä ja ruokajuomaa.  
Lounaan energialisäkkeenä tarjotaan vaihdellen perunaa, ohraa, riisiä tai pastaa  
Käytämme ruuanvalmistuksessa 100 % kotimaista lihaa  
Pienet muutokset mahdollisia  
L-Laktoositon, G-Gluteeniton, M-Maitoallergia

**28.10.2024 - 1.11.2024**

maanantai 28.10.2024	tiistai 29.10.2024	keskiviikko 30.10.2024	torstai 31.10.2024	perjantai 1.11.2024
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
POSSUPATA L	PINAATTIOHUKAISET L	KALA-KASVISKEITTO L, G, M	KAALILAATIKKO L, G, M	SITRUUNA-BROILERIKASTIKE L, M
Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas
VEGEPATA L, M	PINAATTIOHUKAISET L	TÄYTELÄINEN PAPUKEITTO L, G	KASVIS-KAALILAATIKKO L, G, M	MAKEAN TULINEN TOFUKASTIKE L, G
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
APPELSIINI-KIISSELI L, G, M	Riisipiirakka L	MANSIKKAKIISSELI L, G, M	HEDELMÄRAHKA L, G	RUUSUNMARJAKEITTO L, G, M

Ateriat sisältävät lisäksi vihannesta / salaattia, leipää, levitettä ja ruokajuomaa.  
 Lounaan energialisäkkeenä tarjotaan vaihdellen perunaa, ohraa, riisiä tai pastaa  
 Käytämme ruuanvalmistuksessa 100 % kotimaista lihaa  
 Pienet muutokset mahdollisia  
 L-Laktoositon, G-Gluteeniton, M-Maitoallergia

4.11.2024 - 8.11.2024

maanantai 4.11.2024	tiistai 5.11.2024	keskiviikko 6.11.2024	torstai 7.11.2024	perjantai 8.11.2024
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
MANGOKALKKUNA L, M	MUIKKUPIHVI L, G KERMAVIILIKASTIKE L, G	MANNAPUURO L	KASVIS CHILI L, G	MERIMIESLAATIKKO L, G, M
Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas
MANGO-KASVISKASTIKE L, G	BATAATTI-JUURESPIHVI L, G, M KERMAVIILIKASTIKE L, G	MANNAPUURO L	KASVIS CHILI L, G	KREIKKALAINEN VUOKA L, G
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
MARJASALAATTI L, G, M VANILJAKASTIKE L, G	MAITOKIISSSELI L, G Päärynäsose L, G, M	MARJAKIISSSELI L, G, M	Ohukaiset L, G, M Mansikkahillo L, G, M	KAAKAO G Perunarieska L, M

Ateriat sisältävät lisäksi vihannesta / salaattia, leipää, levitettä ja ruokajuomaa.  
Lounaan energialisäkkeenä tarjotaan vaihdellen perunaa, ohraa, riisiä tai pastaa  
Käytämme ruuanvalmistuksessa 100 % kotimaista lihaa  
Pienet muutokset mahdollisia  
L-Laktoositon, G-Gluteeniton, M-Maitoallergia

11.11.2024 - 15.11.2024

maanantai 11.11.2024	tiistai 12.11.2024	keskiviikko 13.11.2024	torstai 14.11.2024	perjantai 15.11.2024
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
MAKKARAKASTIKE L, M	JAUHELIIHAKASTIKE L, M	JÄRVIKALAMUREKE L, G, M KERMAVIILIKASTIKE L, G	LIHA-KASVISPATA ITÄMAISEEN TAPAAN L, G, M	PINAATTIKEITTO L KEITETTY KANANMUNA L, G, M
Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas
QUORN SWEET & SOUR - KASTIKE L, G, M	MIFUJAUHISKASTIKE L, G	PUNAJUURIPIHVI L, G, M KERMAVIILIKASTIKE L, G	KASVISPATAA ITÄMAISEEN TAPAAN L, G, M	PINAATTIKEITTO L
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
MUSTIKKAKIISSSELI L, G, M	PUNAHERRUKKA- VADELMAKIISSSELI L, G, M	HEDELMÄJOGURTTI L, G	Grahamsämpylä L, G, M	MARJASMOOTHIE L, G

Ateriat sisältävät lisäksi vihannesta / salaattia, leipää, levitettä ja ruokajuomaa.  
Lounaan energialisäkkeenä tarjotaan vaihdellen perunaa, ohraa, riisiä tai pastaa  
Käytämme ruuanvalmistuksessa 100 % kotimaista lihaa  
Pienet muutokset mahdollisia  
L-Laktoositon, G-Gluteeniton, M-Maitoallergia

18.11.2024 - 22.11.2024

maanantai 18.11.2024	tiistai 19.11.2024	keskiviikko 20.11.2024	torstai 21.11.2024	perjantai 22.11.2024
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
UUNIMAKKARA L, G, M	CHILI SIN CARNE L, G, M	KALASELJANKA L, G	JAUHELIHA-PERUNAKIUSAUS L, G	KIINALAINEN KANAPATA L, G, M
Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas
KASVISPUIKKO L, M	CHILI SIN CARNE L, G, M	TOMAATTINEN KASVISKEITTO L, G, M	SITRUUNAINEN KASVISVUOKA L, G	ITÄMAINEN LINSSI-KASVISPATA L, G, M
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
MANGOKIISSELI L, G, M	HEDELMÄSALAATTI L, G, M	Kaurapatonki L, M	SUKLAAKIISSELI L, G	OMENAKIISSELI L, G, M

Ateriat sisältävät lisäksi vihannesta / salaattia, leipää, levitettä ja ruokajuomaa.  
Lounaan energialisäkkeenä tarjotaan vaihdellen perunaa, ohraa, riisiä tai pastaa  
Käytämme ruuanvalmistuksessa 100 % kotimaista lihaa  
Pienet muutokset mahdollisia  
L-Laktoositon, G-Gluteeniton, M-Maitoallergia

**25.11.2024 - 29.11.2024**

maanantai 25.11.2024	tiistai 26.11.2024	keskiviikko 27.11.2024	torstai 28.11.2024	perjantai 29.11.2024
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
HEDELMÄINEN BROILERIKASTIKE L, M	VEGENUGGETTI KERMAVIILIKASTIKE L, G	VILJAINEN VOIMAPUURO L Leikkelemakkara L, G, M	KALAMURUKIUSAUS L, G	HERNEKEITTO L, G, M
Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas
HEDELMÄINEN KASVISKASTIKE L	VEGENUGGETTI KERMAVIILIKASTIKE L, G	VILJAINEN VOIMAPUURO L Edamjuusto L, G	PINAATTINEN MIFU- KASVISKIUSAUS L, G	KASVISHERNEKEITTO L, G, M
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
VADELMAKIISSELI L, G, M	Perunarieska L, M	MANGOKIISSELI L, G, M	Sämpylä, rukiinen L, G, M	HEDELMÄSMOOTHIE L, G

Ateriat sisältävät lisäksi vihannesta / salaattia, leipää, levitettä ja ruokajuomaa.  
Lounaan energialisäkkeenä tarjotaan vaihdellen perunaa, ohraa, riisiä tai pastaa  
Käytämme ruuanvalmistuksessa 100 % kotimaista lihaa  
Pienet muutokset mahdollisia  
L-Laktoositon, G-Gluteeniton, M-Maitoallergia