



Viikko: 21.10 - 25.10.2024

maanantai 21.10	tiistai 22.10	keskiviikko 23.10	torstai 24.10	perjantai 25.10
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
JAUHEMAKSAPIHVIT L, G, M RUSKEA KASTIKE L, M	KALAA TALON TAPPAAN 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 TAPPAAN 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

Viikko: 28.10 – 1.11.2024

maanantai 28.10	tiistai 29.10	keskiviikko 30.10	torstai 31.10	perjantai 1.11
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
POSSUPATA L	KALA-KASVISKEITTO L, G, M	PINAATTIOHUKAISET L	SITRUUNA-BROILERIKASTIKE L, M	KAALILAATIKKO L, G, M
Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas
VEGEPATA L, M	TÄYTELÄINEN PAPUKEITTO L, G	PINAATTIOHUKAISET L	MAKEAN TULINEN TOFUKASTIKE L, G	KASVIS-KAALILAATIKKO L, G, M
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

Viikko: 4.11 – 8.11 2024

maanantai 4.11	tiistai 5.11	keskiviikko 6.11	torstai 7.11	perjantai 8.11
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
MANGOKALKKUNA L, M	MUIKKUPIHVI L, G KERMAVIILIKASTIKE L, G	KASVIS CHILI L, G	MANNAPUURO L	MERIMIESLAATIKKO L, G, M
Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas
MANGO-KASVISKASTIKE L, G	BATAATTI-JUURESPIHVI L, G, M KERMAVIILIKASTIKE L, G	KASVIS CHILI L, G	MANNAPUURO L	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

Viikko: 11.11 – 15.11.2024

maanantai 11.11	tiistai 12.11	keskiviikko 13.11	torstai 14.11	perjantai 15.11
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
MAKKARAKASTIKE L, M	JÄRVIKALAMUREKE L, G, M KERMAVIILIKASTIKE L, G	JAUHELIIHAKASTIKE L, M	PINAATTIKEITTO L KEITETTY KANANMUNA L, G, M	LIHA-KASVISPATA ITÄMAISEEN TAPAAN L, G, M
Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas
QUORN SWEET & SOUR - KASTIKE L, G, M	PUNAJUURIPIHVI L, G, M KERMAVIILIKASTIKE L, G	MIFUJAUHISKASTIKE L, G	PINAATTIKEITTO L	KASVISPATAA ITÄMAISEEN TAPAAN L, G, M
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

Viikko: 18.11 – 22.11.2024

maanantai 18.11	tiistai 19.11	keskiviikko 20.11	torstai 21.11	perjantai 22.11
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
CHILI SIN CARNE L, G, M	UUNIMAKKARA L, G, M	KIINALAINEN KANAPATA L, G, M	KALASELJANKA L, G	JAUHELIHA-PERUNAKIUSAUS L, G
Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas
CHILI SIN CARNE L, G, M	KASVISPUIKKO L, M	ITÄMAINEN LINSSI-KASVISPATA L, G, M	TOMAATTINEN KASVISKEITTO L, G, M	SITRUUNAINEN KASVISVUOKA L, G
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
MANGOKIISSELI L, G, M	HEDELMÄSALAATTI L, G, M	SUKLAAKIISSELI L, G	Kaurapatonki L, M	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

Viikko: 25.11 – 29.11.2024

maanantai 25.11	tiistai 26.11	keskiviikko 27.11	torstai 28.11	perjantai 29.11
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
HEDELMÄINEN BROILERIKASTIKE L, M	VILJAINEN VOIMAPUURO L Leikkelemakkara L, G, M	VEGENUGGETTI KERMAVIILIKASTIKE L, G	HERNEKEITTO L, G, M	KALAMURUKIUSAUS L, G
Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas
HEDELMÄINEN KASVISKASTIKE L	VILJAINEN VOIMAPUURO L Edamjuusto L, G	VEGENUGGETTI KERMAVIILIKASTIKE L, G	KASVISHERNEKEITTO L, G, M	PINAATTINEN MIFU- KASVISKIUSAUS L, G
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