



13.1.2025 - 17.1.2025

maanantai 13.1.2025	tiistai 14.1.2025	keskiviikko 15.1.2025	torstai 16.1.2025	perjantai 17.1.2025
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
NAKKIKASTIKE L, M	KALAPUIKKO L, M KERMAVIILIKASTIKE L, G	PORKKANASOSEKEITTO L, G Maksamakkara L, G, M	BUTTER CHICKEN L, G	MERIMIESLAATIKKO L, G, M
Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas
TOMAATTINEN FETA-KASVISKASTIKE L, G	KASVISPUIKKO L, M KERMAVIILIKASTIKE L, G	PORKKANASOSEKEITTO L, G Edamjuusto L, G	LINSSIBOLOGNESE L, G, M	SOIJA-KASVISLAATIKKO L, G, M
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
MARJAKIISSELI L, G, M	MANSIKKA-RAPARPERIPAISTOS L, M VANILJAKASTIKE L, G	Perunarieska L, M	AURINKOKIISSELI 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

20.1.2025 - 24.1.2025

maanantai 20.1.2025	tiistai 21.1.2025	keskiviikko 22.1.2025	torstai 23.1.2025	perjantai 24.1.2025
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
SITRUUNA-BROILERIKASTIKE L, M	POSSUPATA L	PINAATTIOHUKAISET L	JAUHELIHA-PERUNALAATIKKO L, G, M	KALA-KASVISKEITTO L, G, M
Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas
MAKEAN TULINEN TOFUKASTIKE L, G	VEGEPATA L, M	PINAATTIOHUKAISET L	POMODORO KASVISVUOKA L, G	TÄYTELÄINEN PAPUKEITTO L, G
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
HEDELMÄSALAATTI 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

27.1.2025 - 31.1.2025

maanantai 27.1.2025	tiistai 28.1.2025	keskiviikko 29.1.2025	torstai 30.1.2025	perjantai 31.1.2025
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
JÄRVIKALAPIHVI L, G KERMAVIILIKASTIKE L, G	KASVIS CHILI L, G	MANNAPUURO L Maksamakkara L, G, M	JAUHELIHA- MAKARONILAATIKKO L, M	MANGOKALKKUNA L, M
Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas
BATAATTI-JUURESPIHVI L, G, M KERMAVIILIKASTIKE L, G	KASVIS CHILI L, G	MANNAPUURO L	MAKARONILAATIKKO HERNEPROTEIINILLA L, M	MANGO-KASVISKASTIKE L, G
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
MARJASALAATTI L, G, M VANILJAKASTIKE L, G	MAITOKIISSELI L, G Päärynäsose L, G, M	MARJAKIISSELI 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

3.2.2025 - 7.2.2025

maanantai 3.2.2025	tiistai 4.2.2025	keskiviikko 5.2.2025	torstai 6.2.2025	perjantai 7.2.2025
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
MAKKARAKASTIKE L, M	BROILERIBOLOGNESE L, M	JÄRVIKALAMUREKE L, G 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
MUSTIKKAKIISSELI L, G, M	PUNAHERUKKA- VADELMAKIISSELI 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

10.2.2025 - 14.2.2025

maanantai 10.2.2025	tiistai 11.2.2025	keskiviikko 12.2.2025	torstai 13.2.2025	perjantai 14.2.2025
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
UUNIMAKKARA L, G, M	CHILI SIN CARNE L, G, M	NEPALILAINEN BROILERIKASTIKE L, G	KALASELJANKA L, G	JUUSTOBURGER- LASAGNETTE L
Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas
KASVISKEPUKKA L, G, M	CHILI SIN CARNE L, G, M	ITÄMAINEN LINSSI- KASVISPATA L, G, M	MAUSTEINEN TOMAATTI- LINSSIKEITTO L, G, M	VILKAS HÄRKIS- PASTAVUOKA L
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
MANGOKIISSELI L, G, M	HEDELMÄSALAATTI L, G, M	SUKLAAKIISSELI L, G	Kaurapatonki L, M	"PORKKANA-KAKKU" - VANUKAS 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

17.2.2025 - 21.2.2025

maanantai 17.2.2025	tiistai 18.2.2025	keskiviikko 19.2.2025	torstai 20.2.2025	perjantai 21.2.2025
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
VILJAINEN VOIMAPUURO L Leikkelemakkara L, G, M	HEDELMÄINEN BROILERIKASTIKE L, M	VEGENUGGETTI KERMAVIILIKASTIKE L, G	UUNIKALAA PAPRIKAKASTIKKEESSA L, G	POSSUNLIHAKAITTO L, G, M
Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas
VILJAINEN VOIMAPUURO L Edamjuusto L, G	HEDELMÄINEN KASVISKASTIKE L	VEGENUGGETTI KERMAVIILIKASTIKE L, G	YRTTINEN KASVIS-PAPUPATA L, G	TÄYTELÄINEN PAPUKEITTO 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