



Viikko: 13-17.1.2025

maanantai	tiistai	keskiviikko	torstai	perjantai
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

Viikko: 20-24.1.2025

maanantai	tiistai	keskiviikko	torstai	perjantai
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
SITRUUNA-BROILERIKASTIKE L, M	KALA-KASVISKEITTO L, G, M	PINAATTIOHUKAISET L	POSSUPATA L	JAUHELIHA-PERUNALAATIKKO L, G, M
Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas
MAKEAN TULINEN TOFUKASTIKE L, G	TÄYTELÄINEN PAPUKEITTO L, G	PINAATTIOHUKAISET L	VEGEPATA L, M	POMODORO KASVISVUOKA L, G
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
HEDELMÄSALAATTI L, G, M	Riisipiirakka L	MANSIKKAKIISSSELI 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: 27-31.1.2025

maanantai	tiistai	keskiviikko	torstai	perjantai
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
MANGOKALKKUNA L, M	JÄRVIKALAPIHVI L, G KERMAVIILIKASTIKE L, G	KASVIS CHILI L, G	MANNAPUURO L	JAUHELIHA- MAKARONILAATIKKO L, M
Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas
MANGO-KASVISKASTIKE L, G	BATAATTI-JUURESPIHVI L, G, M KERMAVIILIKASTIKE L, G	KASVIS CHILI L, G	MANNAPUURO L	MAKARONILAATIKKO HERNEPROTEIINILLA L, M
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

Viikko: 3-7.2.2025

maanantai	tiistai	keskiviikko	torstai	perjantai
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
MAKKARAKASTIKE L, M	JÄRVIKALAMUREKE L, G KERMAVIILIKASTIKE L, G	BROILERIBOLOGNESE 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
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

Viikko: 10-14.2.2025

maanantai	tiistai	keskiviikko	torstai	perjantai
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
CHILI SIN CARNE L, G, M	UUNIMAKKARA L, G, M	NEPALILAINEN BROILERIKASTIKE L, G	KALASELJANKA L, G	JUUSTOBURGER- LASAGNETTE L
Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas
CHILI SIN CARNE L, G, M	KASVISKEPUKKA 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

Viikko: 17-21.2.2025

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