

lista 1	maanantai	tiistai	keskiviikko	torstai	perjantai	lauantai	sunnuntai
aamupala	<i>kaurapuuro</i>	<i>vehnäpuuro</i>	<i>ruispuuro</i>	<i>ohrapuuro</i>	<i>4-viljanpuuro</i>	<i>mannapuuro</i>	<i>riisipuuro</i>
	kiisseli/marjoja	kiisseli/marjoja	kiisseli/marjoja	kiisseli/marjoja	kiisseli/marjoja	kiisseli/marjoja	kiisseli/marjoja
	leipä, levite	leipä, levite	leipä, levite	leipä, levite	leipä, levite	leipä, levite	leipä, levite
	leikkele, kasvis	leikkele, kasvis	leikkele, kasvis	leikkele, kasvis	leikkele, kasvis	leikkele, kasvis	leikkele, kasvis
	maito, mehu	maito, mehu	maito, mehu	maito, mehu	maito, mehu	maito, mehu	maito, mehu
	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao
lounas	Hedelmäinen	Täytetyt paprikat	Kinkku-perunaso-	Uunikalaa	Possupata	Maksalaatikko	Kalkkuna cordon
	broilerikastike	salattia	selaatikko	Perunaa,kasviksia	perunat	puolukkasurvos	blue
	Riisiä,kasviksia		kasviksia,salattia	salattia	salattia	salattia	kermaperunat
							salattia
	Talontahvileipä	Talontahvileipä	Talontahvileipä	Talontahvileipä	Talontahvileipä	Talontahvileipä	Talon tahvileipä
	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao
päivällinen	Bataattisosekeitto	Lohikeitto	Mannapuuro	Hernekeitto	Uunimunakas	Peruna-purjo-	Kasvisosekeitto
	raejuusto	Omena-kaura-	Luumukiisseli	Pannari,hillo	Mustaherukka-	sosekeitto	Raejuusto
	Mustikka riisifrutti	paistos			rahka	Marjakiisseli	
iltapala	Rahkaa/Jogurttia	Muroja/mysliä	Viiliä,jogurttia	marjarahka	Marjafrutti	Rahkaa/jogurttia	karjalanpiirakka
							munavoi

Muutokset mahdollisia

Tietoa dieeteistä saa keittiöltä

lista 2	maanantai	tiistai	keskiviikko	torstai	perjantai	lauantai	sunnuntai
aamupala	<i>kaurapuuro</i>	<i>vehnäpuuro</i>	<i>ruispuuro</i>	<i>ohrapuuro</i>	<i>4-viljanpuuro</i>	<i>mannapuuro</i>	<i>riisipuuro</i>
	kiisseli	kiisseli	kiisseli	kiisseli	kiisseli	kiisseli	kiisseli
	leipä, levite	leipä, levite	leipä, levite	leipä, levite	leipä, levite	leipä, levite	leipä, levite
	leikkele, kasvis	leikkele, kasvis	leikkele, kasvis	leikkele, kasvis	leikkele, kasvis	leikkele, kasvis	leikkele, kasvis
	maito, mehu	maito, mehu	maito, mehu	maito, mehu	maito, mehu	maito, mehu	maito, mehu
	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao
lounas	Lasagne	Lohimurekepihvit	Kanarisotto	Nyhtöpossua	Kasviskiusaus	Lihapullat	Uunimakkara
	salattia	Perunat	salattia	perunat,kasviksia	salattia	Perunamuussi	Perunamuussi
		kermaviilikastike		salattia		kasviksia,salattia	kasviksia,salattia
		salattia					
	Talon kahvileipä	Talon kahvileipä	Talon kahvileipä	Talon kahvileipä	Talon kahvileipä	Talon kahvileipä	Talon kahvileipä
	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao
päivällinen	Uunipuuro	Pinaattivelli	Makkarakeitto	Juustokeitto	Lihakeitto	Perunavelli	Parsa-kukkakaali
	Marjakiisseli	Kananmunat	Puolukkarahka	Mustaherukka-	Kinuskivahto	Mandariinirahka	sosekeitto
		Köyhätritarit		puuro			Hedelmäsalaatti
iltapala	Rahkaa/jogurttia	Marjapuuro	Jogurttia/viiliä	jogurttia/rahkaa	talonjogurtti	Lihapiirakat	Rahka/jogurttia
	mysliä/muroja			mysliä.muroja			mysliä/muroja

Muutokset mahdollisia

Tietoa dieeteistä saa keittiöltä

vk 3	maanantai	tiistai	keskiviikko	torstai	perjantai	lauantai	sunnuntai
aamupala	<i>kaurapuuro</i>	<i>vehnäpuuro</i>	<i>ruispuuro</i>	<i>ohrapuuro</i>	<i>4-viljanpuuro</i>	<i>mannapuuro</i>	<i>riisipuuro</i>
	kiisseli	kiisseli	kiisseli	kiisseli	kiisseli	kiisseli	kiisseli
	leipä, levite	leipä, levite	leipä, levite	leipä, levite	leipä, levite	leipä, levite	leipä, levite
	leikkele, kasvis	leikkele, kasvis	leikkele, kasvis	leikkele, kasvis	leikkele, kasvis	leikkele, kasvis	leikkele, kasvis
	maito, mehu	maito, mehu	maito, mehu	maito, mehu	maito, mehu	maito, mehu	maito, mehu
	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao
lounas	Jauhelihakastike	Kinkkukiusaus	Kasvispihvit	Karjalanpaisti	Sitruunainen	Curry-kanakastike	Jauheliha-maksa
	Makaronia	salattia	Perunat	Perunamuussi	kalaleike	Riisiä,kasviksia	pihvit
	salattia		Kermaviilikastike	salattia	Perunaa,kasviksia	salattia	Kermaperunat
			salattia		salattia		kasviksia,salattia
	Talon kahvileipä	Talon kahvileipä	Talon kahvileipä	Talon kahvileipä	Talon kahvileipä	Talon kahvileipä	Talon kahvileipä
	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao
päivällinen	Kalakeitto	Mannapuuro	Jauhelihakeitto	Kasvissosekeitto	Juusto-savuporo	Porkkanasose-	Uunimunakas
	Mansikkakiisseli	Mustikkakukko	Paratiisirahka	Marjapuuro	keitto	keitto	Talkkunahyve
					Pullavanukas	Hedelmäsalaattia	
iltapala	Jogurttia/rahkaa	smoothie	Marjakiisseli	Jogurttia/rahkaa	Viiliä	Smoothie	karjalanpiirakka
	muroja/mysliä	croisantti		muroja/myslejä		lihapiirakka	munavoi

Muutokset mahdollisia

Tietoa dieeteistä saa keittiöltä

vk 4	maanantai	tiistai	keskiviikko	torstai	perjantai	lauantai	sunnuntai
aamupala	<i>kaurapuuro</i>	<i>vehnäpuuro</i>	<i>ruispuuro</i>	<i>ohrapuuro</i>	<i>4-viljanpuuro</i>	<i>mannapuuro</i>	<i>riisipuuro</i>
	kiisseli	kiisseli	kiisseli	kiisseli	kiisseli	kiisseli	kiisseli
	leipä, levite	leipä, levite	leipä, levite	leipä, levite	leipä, levite	leipä, levite	leipä, levite
	leikkele, kasvis	leikkele, kasvis	leikkele, kasvis	leikkele, kasvis	leikkele, kasvis	leikkele, kasvis	leikkele, kasvis
	maito, mehu	maito, mehu	maito, mehu	maito, mehu	maito, mehu	maito, mehu	maito, mehu
	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao
lounas	Lohikiusaus	Nakkikastike	Makaronilaatikko	Lindströminpihvit	Läskisoossi	Mantelikala	Kaalikääryleet
	Salattia	perunat	Salattia	Perunamuussi	Perunat,kasviksia	Perunamuussi	Perunamuussi
		salattia,kasviksia		salattia	salattia	kasviksia.salattia	puolukkasurvos
							salattia
	Talontahvileipä	Talontahvileipä	Talontahvileipä	Talontahvileipä	Talontahvileipä	Talontahvileipä	Talontahvileipä
	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao
päivällinen	Siskonmakkarkeit	Perunavelli	Tomattikeitto	Hernekeitto	Riisivelli	Uunipuuro	Bataattiseikeitto
	to	lihapiirakka	Banaanirahka	Pannari,hilloa	Ruusunmarjarahka	Marjakiisseli	Suklaamousse
	Kahvikiisseli	Omena-kaurapais					
iltapala	Rahkaa/jogurttia	tos,vaniljakastike	smoothie	Rahkaa/jogurttia	Jogurttia/viiliä	Talontahvaa	Suolainen pannari
	mysliä/muroja	viiliä	croisantti	Marjoja	mysliä,muroja		

Muutokset mahdollisia

vk 5	maanantai	tiistai	keskiviikko	torstai	perjantai	lauantai	sunnuntai
aamupala	<i>kaurapuuro</i>	<i>vehnäpuuro</i>	<i>ruispuuro</i>	<i>ohrapuuro</i>	<i>4-viljanpuuro</i>	<i>mannapuuro</i>	<i>riisipuuro</i>
	kiisseli	kiisseli	kiisseli	kiisseli	kiisseli	kiisseli	kiisseli
	leipä, levite	leipä, levite	leipä, levite	leipä, levite	leipä, levite	leipä, levite	leipä, levite
	leikkele, kasvis	leikkele, kasvis	leikkele, kasvis	leikkele, kasvis	leikkele, kasvis	leikkele, kasvis	leikkele, kasvis
	maito, mehu	maito, mehu	maito, mehu	maito, mehu	maito, mehu	maito, mehu	maito, mehu
	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao
lounas	Kanakiusaus	Pyttipannu	Perunalaatikko	Uunikala talon ta-	Chili gon carne	Kaalilaatikko	Rukiset silakkapih
	salattia	kasviksia,salattia	kasviksia,salattia	paan,perunat	riisiä	puolukkasurvos	vit
				kasviksia,salattia	salattia	salattia	Perunamuussi
							kasvikset,salattia
	Talontahvileipä	Talontahvileipä	Talontahvileipä	Talontahvileipä	Talontahvileipä	Talontahvileipä	Talontahvileipä
	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao	kahvi/tee/kaakao
päivällinen	Myskikurpitsakeitto	Kukkakaalisose-	Sienikeitto	Nakkikeitto	Uunipuuro	Puutarhurinkeitto	Lihakeitto
	Mangorahka	keitto	vatkattu taateli-	Maitokiisseli,hillo	mustikkakiisseli	Pullavanukas	Jäätelöä
		hedelmäsalattia	puuro				
iltapala	Talkkunahyve	jogurttia/viiliä	Talontahka	Jogurttia,riisipi-	Jogurttia/viiliä	viilis	rahka/jogurttia
		mysliä/muroja		rakka/croisantti	myslejä/muroja	karjalanpiirakka	marjoja

Muutokset mahdollisia

Tietoa dieeteistä saa keittiöltä

