

	viikko 1	viikko 2	viikko 3	viikko 4	viikko 5	viikko 6
<b>Maanantai</b>	Kaurapuuro			Kauralesepuuro	Ruishiutalepuuro	Mannapuuro
Aamupala	Marjasose/raejuusto	4-viljanpuuro Tuorepala	Ruispuuro Tuorepala	Marjasose	Tuorepala	Tuorepala
Lounas	Jauheliuhakeitto Vihannes Moniviljaruutu	Lempeäbroilerikeitto Vihannes Rieska Hummus	Jauheliuhakeitto (broilerista) Perunat Salaatti	Linssi-perunakiusaus Kasvislisäke Salaatti	Curry-broilerkastike Peruna Kasvislisäke (papumix) Salaatti	Härkispastakastike Täysjyväpasta Kasvislisäke Salaatti
Välipala	Mansikkatuorepuuro(kaura)	Kiisseli Vihannes	Kiisseli Juurespala	Kiisseli Tuorepala	Kiisseli Vihannes	Rahka Juurespala
<b>Tiistai</b>						
Aamupala	Ruishiutalepuuro Hedelmä	Puuro Marjat/tuorepala Juusto Kalapyörykät	Puuro Marjat/tuorepala raejuusto	Puuro Marjat/tuorepala	Puuro Marjat/tuorepala Kananmuna	Vehnähiutalepuuro Marjasose Raejuusto Kalavuoka/Appelsiini- chilikala
Lounas	Pinaattiohukaiset Perunasose Puolukkasurvos Salaatti	Perunasose Kasvislisäke(papu- porkkanamix) Salaatti	Hernekeitto (härkäpapumuru/soijarou- he) Ruisleipä Hedelmä Pannukakku	Lihakeitto Vihannes Juusto Rieska Vaniljavanukas Marjat	Kebabkiusaus/ kinkkukiusaus Salaatti (punaisia linssejä) Marjapirtelö (kaura) hedelmä	Salaatti ( punaiset linssit) Hedelmä leikkele (kalkkuna/broiler)
Välipala	Lämminleipä hedelmä	Hedelmä Juusto	Tuoremarjahillo	Marjat		
<b>Keskiviikko</b>						
Aamupala	Puuro Marjat/Tuorepala	Vehnähiutalepuuro Marjasose	Kaurapuuro Tuorepala	Vehnähiutalepuuro Tuorepala Sitruunanen kalaleike/kalapuikot Tartarkastike	Grahampuuro Marjasose	Kaurapuuro Marjasose
Lounas	Sosekeitto (pavut/linssit) Vihannes Juusto Leipä	Lasagne (härkismuru/soijarouhe) Salaatti	Jauheliha- makaronilaatikko Salaatti Hedelmäsalaatti Tuorepala/leikkele (kalkkuna/broiler)	Porkkana- perunasose Salaatti (linssit)	Juurespala Juusto ruisruutu	Pinaattikeitto/ Kasvissosekeitto Kananmuna Tuorepala Sämpylä
Välipala	Ohukaiset ja tuoremarjahillo	Jogurtti/Smoothie granola Marjat		Dippikasvikset leipä juusto	Hedelmäsalaatti Tuorepala	Marjasalaatti ja kastike
<b>Torstai</b>						
Aamupala	Mannapuuro Tuorepala Hedelmäsose	Mannapuuro Hedelmä Kananmuna	Mannapuuro Marjasose	Mannapuuro Vihannes	Mannapuuro Tuorepala	Mannapuuro Marjat/tuorepala juusto
Lounas	Uunikala Peruna Lämminlisäke (papumix) Salaatti Karjalanpiirakka Munavoi	Lohikeitto Ruispuikula Hedelmä Mangovispipuuro Vihannes	Kalakeitto Vihannes Ruisruutu Hummus Omena-kaurapaistos kastike vihannes	Broilerisotto/Broiler kasvislaatikko Lämminlisäke (papumix) Salaatti Vispipuuro Hedelmä	Annoskala Perunasose Salaatti Lämminlisäke Kiisseli Voileipäkeksi tuorepala	Lihapyörykät Perunat Kastike Lämminkasvis (papu-porkkanamix) Salaatti Kiisseli Vihannes
Välipala	Juurespala					
<b>Perjantai</b>						
Aamupala	Grahampuuro Marjasose	Ruispuuro Tuorepala	4-viljanpuuro Tuorepala Kookoskana	Grahampuuro Marjasose	Vehnähiutalepuuro Hedelmäsose Tuorepala	Ruispuuro Tuorepala Kahdenkalankeitto
Lounas	Broilerkastike Perunat Salaatti (vihreitä linssejä)	Talon päivä Lämminkasvis Salaatti (härkäpavut) Hedelmä Leikkele (kalkkuna/Broiler)	Perunat Lämminkasvis (vegemix kasvis-papumix) Salaatti	Unimakkara/Nakit (broiler) Perunasose Salaatti Sämpylä Vihannes	kasvispyörykät Perunat juustokastike Tonnikala- /broilersalaatti Hedelmä leipä hummus	Vihannes Hedelmä Ruisruutu hummus
Välipala	Hedelmä Vihannes		Hedelmä Juusto	hummus		Jäätelö Vihannes