

Viikko 1

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
Aamupala klo 8.00-8.30	luomupuuro, tuorepala, näkkäri, juomat	Luomupuuro, tuorepala, näkkäri, juomat	luomupuuro, tuorepala, näkkäri, juomat	kaakao/tee, tuorepala, luomuleipä, leivänpäällys, tuorekurkku	mannapuuro luomuryneistä, marjasurvos/kaneliso keri,näkkäri, juomat, tuorepala
Lounas klo 11.00-11.45	Kasvislasagnette, salaattia	Kalakeitto, leipä, leivänpäällys  E: Papu-Kasviskeitto	Kasvispyörykkä/pihvi, perunasose, salaatti	Chili sin Carne, riisi, salaatti	Kookosbroilerikeitto leipä, leivänpäällys E:Kookoskasviskeitto
Välipala klo 14.00-14.30	Leipä, leivänpäällys, kurkkuviipale, tuorepala	Marjavispipuuro, tuorepala	Marjakeitto, leipä, leivänpäällys, kurkkuviipale	Hedelmäsmoothie, leipä, leivänpäällys, kurkkuviipale	Riisipiirakka, tuorepala

Viikko 2

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
Aamupala klo 8.00-8.30	luomupuuro, tuorepala, näkkäri, juomat	Luomupuuro, tuorepala, näkkäri, juomat	luomupuuro, tuorepala, näkkäri, juomat	kaakao/tee, tuorepala, luomuleipä, leivänpäällys, tuorekurkku	mannapuuro luomuryyneistä, marjasurvos/kaneliso keri, näkkäri, juomat, tuorepala
Lounas klo 11.00-11.45	Soijabolognese, spagetti, salaatti	Nakkikeitto, leipä, leivänpäällys  E: Kasvisnakkikeitto	Pinaattiohukainen, perunasose, salaatti, puolukkasurvos	Broilerpyörykkä/pihvi, riisi, salaatti  E: Kasvispihvi	Kahden kalan keitto leipä, leivänpäällys E:Soijakasviskeitto
Välipala klo 14.00-14.30	Hedelmäsmoothie, leipä, leivänpäällys, kurkkuviipale	Pasteija, tuorepala	Marjakeitto, leipä, leivänpäällys, kurkkuviipale	Perunarieska, leivänpäällys, kurkkuviipale, tuorepala	Pannukakkua, hillo, tuorepala, leipä

Jokaisella ruokailulla tarjotaan maito, vesi, näkkileipä ja levite E= erityiruokavaliot

Viikko 3

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
Aamupala klo 8.00-8.30	luomupuuro, tuorepala, näkkäri, juomat	Luomupuuro, tuorepala, näkkäri, juomat	luomupuuro, tuorepala, näkkäri, juomat	kaakao/tee, tuorepala, luomuleipä, leivänpäällys, tuorekurkku	mannapuuro luomuryyneistä, marjasurvos/kaneliso keri, näkkäri, juomat, tuorepala
Lounas klo 11.00-11.45	Kasvismakaronilaatik-ko, salaatti	Hernekeitto, pannukakku, hillo, leipä, leivänpäällys	Kalaleike, kermaviilikastike, Riisi, Salaatti E:Kasvispihvi	Lihapullat, Perunasose, salaatti E:Kasvispyörökät	Kasvissosekeitto, leipä, leivänpäällys
Välipala klo 14.00-14.30	hedelmäsmoothie, leipä,leivänpäällys, kurkkuviipale	Riisipiirakka, tuorepala	Hedelmäsalatti, leipä	Marjakeitto, leipä, leivänpäällys, kurkkuviipale	Patonkia, leivänpäällys, kurkkuviipale, tuorepala

Viikko 4

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
Aamupala klo 8.00-8.30	luomupuuro, tuorepala, näkkäri, juomat	Luomupuuro, tuorepala, näkkäri, juomat	luomupuuro, tuorepala, näkkäri, juomat	kaakao/tee, tuorepala, luomuleipä, leivänpäälllys, tuorekurkku	mannapuuro luomuryyneistä, marjasurvos/kaneliso keri, näkkäri, juomat, tuorepala
Lounas klo 11.00-11.45	Kasvis-Tofukastike, Spagetti, salaatti	Lihakeitto, leipä, leivänpäälllys  E: Soija-Kasviskeitto	Broilerkastike, Riisi, Salaatti  E: Linssimuhennos	Lohimureke/ Pyörykät, Perunasose, Salaatti E: Kasvispihvi	Kikherne- Kookoskeitto, Leipä, Leivänpäälllys
Välipala klo 14.00-14.30	marjajogurttia. leipä, leivänpäälllys, kurkkuviipale	Pasteija, tuorepala	Kauraleipä, leivänpäälllys, kurkkuviipale, tuorepala	marjakeitto, leipä, leivänpäälllys, kurkkuviipale	Perunapiirakka, tuorepala

Viikko 5

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
Aamupala klo 8.00-8.30	luomupuuro, tuorepala, näkkäri, juomat	Luomupuuro, tuorepala, näkkäri, juomat	luomupuuro, tuorepala, näkkäri, juomat	kaakao/tee, tuorepala, luomuleipä, leivänpäälllys, tuorekurkku	mannapuuro luomuryy- neistä, marjasurvos/kanelisoke- ri, näkkäri, juomat, tuorepala
Lounas klo 11.00-11.45	Kasvisspagettivuoka, salaattia	Valkoinen Papu- Kasviskeitto, leipä, leivänpäälllys	Tonnikalarisotto, salaatti E: Kasvisrisotto	Broilerkiausaus, salaatti E: Kasviskiausaus	Makkarakeitto, leipä, leivänpäälllys E: Kasvisnakkikeitto
Välipala klo 14.00-14.30	Sämpylä, leivänpäälllys, kurkkuviipale, tuorepala	Hedelmäsmoothie, leipä, leivänpäälllys, kurkkuviipale	Kasvispiirakka, tuorepala	Omena/Marjapiirakk a, tuorepala, leipä	Riisipiirakka, tuorepala

Jokaisella ruokailulla tarjolla maito, vesi, näkkäri ja kasvirasvavalevite. E=erityisruokavalio

Viikko 6

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
Aamupala klo 8.00-8.30	luomupuuro, tuorepala, näkkäri, juomat	Luomupuuri, tuorepala, näkkäri, juomat	luomupuuro, tuorepala, näkkäri, juomat	kaakao/tee, tuorepala, luomuleipä, leivänpäälllys, tuorekurkku	mannapuuro luomuryneistä, marjasurvos/kaneli- sokeri, näkkäri, juomat, tuorepala
Lounas klo 11.00-11.45	Linssi- Kasviskastike, Spagetti, Salaatti	Broiler - Currykasviskeitto, leipä, leivänpäälllys E: KasvisCurrykeitto	Kasvispihvi/pyörykkä, Riisi, Kermaviilikastike, Salaatti	Seitiperunavuoka, salaatti E: Kasviskiusaus	pinaattikeitto, kanamuna, leipä, leivän-päälllys
Välipala klo 14.00-14.30	Marjasmoothie, leipä, leivänpäälllys, kurkkuviipala	Riisipiirakka, tuorepala	Hedelmävispipuuro, tuorepala	Perunarieska, leivänpäälllys, kurkkuviipale, tuorepala	Graham kasvispiirakka, kurkkuviipale, tuorepala

Jokaisella ruokailulla tarjolla maito, vesi, näkkäri ja kasvirasvavalevite. E=erityisruokavalio