

Maanantai	3.3.2025	VIIKKO 1
Aamupala	Kaurapuuro (M), Leipä, Leikkele	
Lounas	Lihakeitto (G, L), Hapankorppu, Juustonappi (L), Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Mifukeitto (G, L), Hapankorppu, Juustonappi (L), Salaattipöytä	
Välipala	Leipä, Leikkele, Hedelmä (viinirypäle)	
<hr/>		
Tiistai	4.3.2025	
Aamupala	Murot (L), Maito, Leipä (L), Makkara, Tomaatti	
Lounas	Ohrapuuro (L), Mansikkakeitto (G, L), Leikkele, Ruispala, Salaattipöytä	
Kasvislounas	Ohrapuuro (L), Mansikkakeitto (G, L), Juusto(L), Ruispala, Salaattipöytä	
Välipala	Jauhelihapitsa (L)	
<hr/>		
Keskiviikko	5.3.2025	
Aamupala	Ruishiutalepuuro (M), Kananmuna, Paprika, Leipä	
Lounas	Kinkkukiusaus (G, L), Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Kasviskuisaus (G, L), Salaattipöytä	
Välipala	Puolukkarahka (G, L), Leipä, Tomaatti	
<hr/>		
Torstai	6.3.2025	
Aamupala	4-viljanpuuro (M), Juusto (L), Salaatinlehti, Leipä	
Lounas	Jokapojan minikala (G, L, K), Perunasose (L), Kermaviilikastike (L), Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Maissipihvi (G, L, M, K), Perunasose (L), Kermaviilikastike (L), Salaattipöytä	
Välipala	Suklaakiisseli (G, L), Leipä, Kurkku	
<hr/>		
Perjantai	7.3.2025	
Aamupala	Mannavelli (L), Leikkele (L), Porkkanapala, Leipä	
Lounas	Jauheliha - makaronilaatikko (L), Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Mifu- makaronilaatikko (L), Salaattipöytä	
Välipala	Dippivihannekset (porkkana, kurkku, paprika) ja dippi (L), Leipä	

Maanantai	10.3.2025	VIIKKO 2
Aamupala	Kaurapuuro (M), Ruisleipä, Leikkele	
Lounas	Broilerikastike (G*, L), Tumma riisi, Mustaherukkahillo, Salaattipöytä	
Kasvisruoka	Linssi-kasvishöystö (G, L, M), Tumma riisi, Mustaherukkahillo, Salaattipöytä	
Välipala	Leipä, Leikkele, Paprika	

Tiistai	11.3.2025
Aamupala	Ohrahiutalepuuro (M), Leipä, Makkara, Tuorekurkku
Lounas	Jauhelihakiusaus (G, L), Salaattipöytä
Kasvisruoka	Mifujauhiskiusaus (G, L), Salaattipöytä
Välipala	Marjapuuro (L), Leipä

Keskiviikko	12.3.2025
Aamupala	Vehnähiutalepuuro (M), Ruisleipä (L), Kananmuna, Paprikapala
Lounas/Kasvisruoka	Pyttis (L, M, K), Kurkkusalaatti, Salaattipöytä
Välipala	Lihapiirakka (M), Hedelmä (satsuma)

Torstai	13.3.2025
Aamupala	4-viljanpuuro (M), Tomaatti, Juusto (L), Kaurapala
Lounas	Sitruunainen kalaleike (M, K), Kermaviilikastike (L), Perunasose (L), Salaattipöytä,
Kasvisruoka	Bataatti-juurespihvi (G, L, M), Kermaviilikastike (L), Perunasose (L), Salaattipöytä
Välipala	Leipä, Makkara, Hedelmäpala (vesimelonipala)

Perjantai	14.3.2025
Aamupala	Ruishiutalepuuro (M) Makkara (L), Omenasose, Leipä
Lounas	Savunautakeitto (G, L), Leipä, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Savutofukeitto (G, L), Leipä, Salaattipöytä
Välipala	Mansikka-vanilja jogurtti (L), Leipä, Leikkele

Maanantai 17.3.2025 VIIKKO 3

Aamupala	Kaurapuuro (M), Leipä, Leikkele (L)
Lounas	Nakkikastike (M), Peruna, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Soijanakkikastike (M), Peruna, Salaattipöytä
Välipala	Leipä, Sulatejuusto (L), Kurkku

Tiistai 18.3.2025

Aamupala	Ohrahiutalepuuro (M), Leipä, Juusto (L), Tomaatti
Lounas	Pinaattikeitto (L), Kananmuna, Riisipiirakka (L), Salaattipöytä
Välipala	Mandariinirahka (L), Leipä

Keskiviikko 19.3.2025

Aamupala	Vehnähiutalepuuro (M), Makkara (L), Paprika, Leipä
Lounas	Broileri - cappellipaistos (L), Salaattipöytä, Mustaherukkahillo
Kasvisruoka	Tofu - cappellipaistos (L), Salaattipöytä, Mustaherukkahillo
Välipala	Mustaherukkakiisseli (G), Leipä, Juusto (L)

Torstai 20.3.2025

Aamupala	4- viljanpuuro (M), Juusto, Salaatinlehti, Leipä
Lounas	Lihapyörykkät (G, L, M, K), Kermakastikkeessa (L), Peruna, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Kasvispyörykkä (G, M), Kasviskastike (L), Peruna, Salaattipöytä
Välipala	Näkkäri, Makkara (L), Porkkanapölkky

Perjantai 21.3.2025

Aamupala	Mannavelli (L), Leikkele, Tomaatti, Leipä
Lounas	Lohikiusaus (G, L), Punajuuri, Salaattipöytä,
Kasvisruoka	Tomaattinen kiusaus (G, L), Punajuuri, Salaattipöytä
Välipala	Maustamaton jogurtti (L), Marjat, Leipä

Maanantai 24.3.2025 VIIKKO 4

Aamupala	Kaurapuuro (M), Ruisleipä, Juusto (L)
Lounas	Lihakastike (M), Peruna, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Lumoava Kasvispata (G, L), Peruna, Salaattipöytä
Välipala	Leipä, Makkara, Mandariini

Tiistai 25.3.2025

Aamupala	Ohrahiutalepuuro (M), Leipä, Leikkele, Tuorekurkku
Lounas	Hernekeitto (G, L) Juusto (L), Salaattipöytä, Pannukakku (L) ja Hillo
Kasvisruoka	Kasvis-hernekeitto (G, L), Juusto (L), Salaattipöytä, Pannukakku (L) ja Hillo
Välipala	Mansikka smoothie (G, L), Leipä

Keskiviikko 26.3.2025

Aamupala	Vehnähiutalepuuro (M), Ruisleipä, Kananmuna, Paprikapala
Lounas	Broiskiskiusaus (G, L), Mustaherukkahillo, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Kasvis-soijakiusaus (G, L), Mustaherukkahillo, Salaattipöytä
Välipala	Maissikiisseli (G, L), ja mansikkahillo, leipä, Juusto (L)

Torstai 27.3.2025

Aamupala	4-viljanpuuro (M), Tomaatti, Juusto (L), Kaurapala
Lounas	Uunimakkara (G, M), Perunasose (G, L), Kurkkusalaatti, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Kasvisnakki (G, M), Perunasose (L), Kurkkusalaatti, Salaattipöytä
Välipala	Dippivihannekset (porkkana, kurkku, paprika) ja dippi (L), Leipä

Perjantai 28.3.2025

Aamupala	Ruishiutalepuuro (M), Makkara (L), Päärynäsose, Leipä
Lounas/kasvisruoka	Kasvis-makaronilaatikko (L), Salaattipöytä
Välipala	Riisipiirakka (L), munavoi (L), Paprika

Maanantai 31.3.2025 VIIKKO 5

Aamupala	Kaurapuuro (M), Leipä, Leikkele
Lounas	Jauhelihakastike (M), Pasta, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Soijarouhekastike (G*, L), Pasta, Salaattipöytä
Välipala	Leipä, Leikkele, Lehtisalaatti

Tiistai 1.4.2025

Aamupala	Ohrahiutalepuuro (M), Leipä, Juusto (L), Tomaatti
Lounas	Seikeitto (G, L), Makkara (L), Ruisvuoka, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Kesäkeitto (G, L), Juusto (L), Ruisvuoka, Salaattipöytä
Välipala	Kinkkupizza (L)

Keskiviikko 2.4.2025

Aamupala	Vehnähiutalepuuro (M), Makkara (L), Paprika, Leipä
Lounas	Pastavuoka Carponara (L), Salaattipöytä
Kasvisruoka	Nyhtökaura Carponara (L), Salaattipöytä
Välipala	Sekamarjakeitto (G), Leipä, Juusto (L)

Torstai 3.4.2025

Aamupala	4-viljapuuro (M), Juusto (L), Salaatinlehti, Leipä
Lounas	Maksapihvi (G, L, M), Peruna, Ruskeakastike (G*) Puolukkahillo, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Juustoinen perunavuoka (G, L), Puolukkahillo, Salaattipöytä
Välipala	Pulla (L), Kaakao (L), Hapankorppu, Sulatejuusto (L)

Perjantai 4.4.2025

Aamupala	Mannavelli (L), Leikkele (L), Porkkanapala, Leipä
Lounas	Aurinkoinen broilerikeitto (G, L), Sekaleipä, Salaattipöytä
Kasvisruoka	Aurinkoinen Mifukeitto (G, L), Sekaleipä, Salaattipöytä
Välipala	Sämpylä, Makkara (L), Hedelmäpala (Mandariini)