

vko 1	MA 7.8.,18.9., 30.10.,11.12.,	TI 8.8.,19.9.,31.10., 12.12.,	KE 9.8.,20.9.,1.11., 13.12.,	TO 10.8, koulu alkaa,21.9.,2.11., 14.12.,	PE 11.8.,22.9., 3.11.,15.12.,	LA 12.8.,23.9., 4.11.,16.12.,	SU 13.8., 24.9.,5.11.,17.12.,
AP	Vehnähiutalepuuro, tomaatti, palvikinkku, mansikkakeitto	Kaurapuuro, appelsiinilohkot	Ruishiutalepuuro, kurkku, juusto	Neljänviljanpuuro, kanamuna	Vehnähiutalepuuro, omenalohkot, juusto	Kaurapuuro, leikkele, kurkku	Ruishiutalepuuro, kotimaiset marjat, juusto
LO	Jauhelihakastike, spagetti Kasvis-linssikastike Porkkanaraaste	Jokamiehenkala Kermaviilikastike Peruna Ruisleipä Punajuuriviipale Jäävuorisalaatti Siemensekoitus	Riisipuuro Kinkkuleike (Juusto) Leipävalikoima Tuoremarjakiisseli	Uunimakkara Soijamakkara Perunasose L Kaalirouhe- ananassalaatti	Lempeä broilerikeitto Lempeä kasviskeitto Tuorekurkku Leipävalikoima	Jauhelihakastike, Peruna Porkkanaraaste Puolukkarahka	Broilerifilee leike Riisi Vaalekastike Kaali-ananasraaste
VP	Sämpylä, kurkku, maito	Maito, ruisleipä, juusto	Ohukaiset ja sekahillo	Päärynäkiisseli, maito	Ruisleipä, kinkkuleikkele, tuoremehu	Sämpylä, juusto ja maito	Riisipiirakka, leikkele/juusto, maito
PÄ	Perunavelli, banaani	Makkarakeitto	Jauhelihakeitto	Lohikeitto	Pinaattikeitto, kanamuna	Riisivelli	Kasvisseikeitto, kauden hedelmä
vko 2	MA 14.8.,25.9.,6.11., 18.12.,	TI 15.8.,26.9.,7.11., 19.12.	KE 16.8.,27.9.,8.11., 20.12.	TO 17.8.,28.9.,9.11., 21.12 koulu päättyy	PE 18.8.,29.9.,10.11.,	LA 19.8.,30.9.,11.11.,	SU 20.8.,1.10.,12.11.,
AP	Ohrahiutalepuuro persikkasose	Neljänviljanvelli, broilerileikkele, kurkku	Vehnähiutalepuuro, porkkanapölkky	Kaurapuuro, juusto, tomaatti	Neljänviljanpuuro, banaani	Ohrahiutalepuuro ruusunmarjasose	Ruishiutalepuuro, leikkele, kurkku
LO	Jauheliha-riisivuoka Kasvis-riisivuoka Kiinankaali- tomaattisalaatti Kauden hedelmä	Kirjolohikeitto L Paprikasuikale Ruisleipä Banaani	Sianliha- perunalaatikko Kesäkurpitsa- perunalaatikko Punajuurikuutio Papumix Jäävuorisalaatti	Pinaattiohukaiset Kermaperunat Puolukkahillo Porkkanaraaste	Broileria mangokastikkeessa, Soijasuikele mangokastikkeessa Orahamli Porkkanakuutio Kaalimustaherukka- salaatti	Lohilaatikko, Tuoresalaatti Mehukiisseli	Nakkistroganoff Perunasose, porkkana Kaali-puolukkaraaste Karpalokiisseli
VP	Riisipiirakka, kurkku, maito	Sekamarjakiisseli maito	Mustikkapiirakka, vaniljakastike	Grahamsämpylä, kurkku ja maito	Jogurtti, ruisleipä, maito	Ruisleipää, leikkele ja maito	Sekaleipä, juusto, ja maito
PÄ	Seikeitto	Vehnähiutalevelli	Riisipuuro, puolukkakiisseli	Jauhelihakeitto	Kauravelli	Broilerikeitto	Hernekeitto

vko 3	MA 21.8.,2.10.,13.11.,	TI 22.8.,3.10.,14.11.,	KE 23.8.,4.10.,15.11.,	TO 24.8.,5.10.,16.11.,	PE 25.8.,6.10.,17.11.,	LA 26.8.,7.10.,18.11.,	SU 27.8.,8.10.,19.11.,
AP	Kaurapuuro, mustaherukkasose	Vehnähiutale- puuro, tomaatti	Neljänviljanpuuro, leikkele	Ohrahiutalepuuro, kurkku	Vehnähiutalepuuro, porkkanapölkky	Ruishiutalepuuro, persikkasose	Kaurapuuro, makkara, kasvis
LO	Kinkkukastike Soijasuikekastike Minispagetti Jäävuori- hernesalaatti Ketsuppi	Lihapyörökät Kasvispihvit Perunat Kastike Porkkana- lantturaaste	Mannavelli Juusto Leipävalikoima Vesimelonikolmio	Kalaleike, Kermaviilikastike Perunasose L Kaalirouhe- appelsiinisalaatti	Pinaattikeitto Kananmuna Tomaatti Ruisleipä	Merimiespihvi Punajuurikuutio Omenalohko	Seilorin turska, Perunat Juustokastike Jäävuori-tomaattisalaatti
VP	Perunarieskat, kurkku ja maito	Ruusunmarja- jogurtti, sekaleipä ja maito	Suklaakiisseli, maito	Ruisleipä, juusto ja maito	Jäätelö, sekaleipä, maito	Viili, ruisleipä ja maito	Riisipiirakka, juusto ja maito
PÄ	Juustoinen porokeitto	Savulohikeitto	Broilerikeitto	Kasvisseikeitto kauden hedelmä	Nakkikeitto	Riisivelli	Jauhelihakeitto
vko 4	MA 28.8.,9.10.,20.11.,	TI 29.8.,10.10., 21.11.,	KE 30.8.,11.10.,22.11.,	TO 31.8.,12.10.,23.11.,	PE 1.9., 13.10.,24.11.,	LA 2.9.,14.10.,25.11.,	SU 3.9.,15.10.,26.11.,
AP	Ohrahiutalepuuro, tomaatti mustikkakeitto	Kauravelli, appelsiini	Ruishiutalepuuro, sekahillo salaatinlehti	Vehnähiutalepuuro kurkku	Kaurapuuro, aprikoosisose lanttupölkky	Neljänviljan puuro, omenasose	Ruishiutalepuuro, juusto puolukkasurvos
LO	Lasagnette Kasvislasagnette Maustekurkkuviipale Jäävuorisalaatti	Seikalakeitto Porkkanapölkky Ruisleipä Mangokiisseli	Broileripasta Kasvis-kookospasta Punakaalirouhe- omenasalaatti Ketsuppi	Nakkikastike Kikherne-kasviscurry Perunaa Parsakaalia Porkkanaraaste Kurpitsapikkelssi	Kasvisseikeitto Juusto Tomaatti Leipävalikoima	Jauhelihakastike Peruna Keitetty porkkana Aprikoosikiisseli	Lohimureke Perunasose Punajuurisalaatti
VP	Sämpylä, leikkele, maito	Riisimurot/täys- jyvämuro, juusto, maito	Mansikkakiisseli, maito	Hedelmäinen jogurttirahka, maito	Ruisleipä, kalkkunaleikkele, maito	Sekaleipä, juusto ja maito	Metsämarjapiimä, sekaleipä ja juusto
PÄ	Porkkanavelli, juusto	Siskonmakkara- keitto	Mannavelli, riisipiirakka	Perunavelli, banaani	Kalkkunakeitto	Kasviskeitto kinkkumakkaraileike	Riisivelli Kurkku

vko 5	MA 4.9.,16.10.,27.11.,	TI 5.9.,17.10.,28.11.,	KE 6.9.,18.10.,29.11.,	TO 7.9.,19.10.,30.11.,	PE 8.9.,20.10.,1.12.,	LA 9.9.,21.10.,2.12.,	SU 10.9.,22.10.,3.12.,
AP	Kaurapuuro, juusto, omenasose	Riisihiutalevelli, tomaattiviipale	Ohrahiutalepuuro, broilerileikkele	Kaurapuuro, banaani	Ohrahiutalepuuro, tomaatti	Ruishiutalepuuro, ruusunmarjasose	Vehnähiutalepuuro, juusto, kurkku
LO	Siskonmakkara-keitto Soijamakkarakeitto Tuorekurkku Leipävalikoima	Kalkkunaohratto Kasvisohratto Jäävuori-persikkasalaatti Kauden hedelmä	Kalamurekepihvit, Perunat Kermaviilikastike Punajuurikuutio Jäävuorisalaatti Ruisleipä	Jauhelihamakaroni- laatikko Soijamakaroni- laatikko Porkkanaraaste	Perunavelli Makkara-leikkele (juusto) Paprika, Leipävalikoima	Nakkistroganoff Peruna Kiinankaalisuikale Punajuurikuutio	Jauhemaksapihvit Perunasose Porkkana-ananasraaste
VP	Kaakao ja sämpylä	Mansikkapuuro ja maito	Riisipiirakka, kanamuna, maito	Ruusunmarjakiisseli, lanttupölkky, maito	Porkkanapannari, tuoreherukkahillo ja maito	Puolukkapuuro ja maito	Ruisleipä, leikkelettä ja maito
PÄ	Lohikeitto	Kinkkukeitto	Kauravelli ja juusto	Juustoinen parsakaalikeitto	Lihakeitto	Neljänviljanvelli	Pinaattikeitto, kanamuna
vko 6	MA 11.9.,23.10.,4.12.,	TI 12.9., 24.10.,5.12.,	KE 13.9.,25.10.,6.12.,	TO 14.9.,26.10.,7.12.,	PE 15.9.,27.10.,8.12	LA 16.9.,28.10.,9.12.,	SU 17.9.,29.10.,10.12.,
AP	Neljänviljanpuuro, kurkku, juusto	Mannavelli, kauden hedelmä	Riisihiutalevelli, Kalkkunaleike	Vehnähiutalepuuro, paprika	Neljänviljanpuuro, mansikkapuna- herukkasose	Ruishiutalepuuro, kasvis	Vehnähiutalepuuro, juusto, kurkku
LO	Broilerikastike Ratatouille Riisi Mustaherukkahillo Jäävuori- retiisialaatti	Kirjolohikiusaus Punajuorisalaatti Jäävuorisalaatti	Hernekeitto Kasvishernekeitto Mandariini Ruisleipä Sinappi	Nyhtöpossuvoika Nyhtökauravuoka Parsakaali Tomaatti	Ohrasuurimopuuro Mehukeitto Kalkkunaleikkele (juusto) Omenalohkot Leipävalikoima	Broilersuikalekastike, Orahammi/riisi Punajuorisalaatti	Jauhelihapyörkät Perunat Ruskea kastike Paprika Jääsalaattia
VP	Sämpylä, porkkanalevite, omenalohko ja maito	Marjat, vaniljakastike, maito	Ruisleipä, juusto ja maito	Mustikkarahka ja maito	Jauhelihamunakas ja maito	Riisipiirakka, juusto, maito	Jogurtti, ruisleipä ja maito
PÄ	Riisipuuro	Bataattikeitto	Kauravelli	Lohikeitto	Kukkakaalikeitto, rypäleet	Savuporokeitto	Juusto-tomaattikeitto

Syysloma 16.10-20.10.2023, Itsenäisyyspäivä 6.12.2023 ja koulu päättyy 21.12.2023 RUOKALISTAMUUTOKSET MAHDOLLISIA

Hyvää ruokahalua!

LISÄSI ATERIOILLA TARJOTAAN NÄKKILEIPÄÄ, LEIPÄRASVAA JA RUOKAJUOMAA