

Ruokalista 27.1. - 28.2.2025

| Viikko | Maanantai | Tiistai | Keskiviikko | Torstai | Perjantai |
|--------|--|--|--|---|--|
| 5 | 27.1.2025 | 28.1.2025 | 29.1.2025 | 30.1.2025 | 31.1.2025 |
| | <p>Aamupala Kaurahiutalepuuro (luomu) Näkkileipä Levite Maito Kalkkunaleike Tuorepala</p> | <p>Aamupala 4-viljan hiutalepuuro (luomu) Näkkileipä Levite Maito Raejuusto Tuorepala</p> | <p>Aamupala Mannapuuro Näkkileipä Levite Maito Mustikat Tuorepala</p> | <p>Aamupala Ruishiutalepuuro Näkkileipä Levite Maito Kananmuna Tuorepala</p> | <p>Aamupala Maustamaton jogurtti Mysli Aamupuuro Näkkileipä Reilu täysjyvä Levite Maito Tuorepala</p> |
| | <p>Lounas Porkkanapihvi Perunat Kermaviilikastike Salaattipöytä</p> | <p>Lounas Tonnikalapastavuoka Salaattipöytä</p> | <p>Lounas Aurinkoinen broilerkeitto Kurkkuviipale Hedelmä Leipäpöytä</p> | <p>Lounas Jauhelihakastike Perunat Uunijuurekset Raastepöytä</p> | <p>Lounas Kolmen kalan keitto Maustekurkkuviipale Banaanin puolikas Leipäpöytä</p> |
| | <p>Kasvislounas Porkkanapihvi</p> | <p>Kasvislounas Kasvislasagne</p> | <p>Kasvislounas Aurinkoinen kasviskeitto</p> | <p>Kasvislounas Härkäpapu-bolognaise</p> | <p>Kasvislounas Juustoinen kukkakaalikeitto</p> |
| | <p>Välipala Riisipirakka rukiinen Kananmuna Hedelmä</p> | <p>Välipala Aprikoosikiisseli Täysjyväleipä Hedelmä</p> | <p>Välipala Mansikkarahka Täysjyväleipä Hedelmä</p> | <p>Välipala Pesolan kaurasämpylä Juusto edam Hedelmä</p> | <p>Välipala Täysjyvämurot Mehukeitto Täysjyväleipä Hedelmä</p> |

Ruokalista 27.1. - 28.2.2025

| Viikko | Maanantai | Tiistai | Keskiviikko | Torstai | Perjantai |
|--------|--|--|--|---|--|
| 6 | 3.2.2025 | 4.2.2025 | 5.2.2025 | 6.2.2025 | 7.2.2025 |
| | <p>Aamupala Kaurahiutalepuuro (luomu) Näkkileipä Levite Maito Kalkkunaleike Tuorepala</p> | <p>Aamupala 4-viljan hiutalepuuro (luomu) Näkkileipä Levite Maito Raejuusto Tuorepala</p> | <p>Aamupala Mannapuuro Näkkileipä Levite Maito Mustikat Tuorepala</p> | <p>Aamupala Ruishiutalepuuro Näkkileipä Levite Maito Kananmuna Tuorepala</p> | <p>Aamupala Maustamaton jogurtti Mysli Aamupuuro Näkkileipä Reilu täysjyvä Levite Maito Tuorepala</p> |
| | <p>Lounas Kananugetit Currykastike Ohra Salaattipöytä</p> | <p>Lounas Makaronilaatikko Salaattipöytä Porkkanasuikale</p> | <p>Lounas Makkarakeitto Paprikasuikaleet Appelsiinilohkot Leipäpöytä</p> | <p>Lounas Appelsiinikala Perunat Raastepöytä</p> | <p>Lounas Kebablihakastike Ruokakaura Maalaislohkoperunat Salaattipöytä</p> |
| | <p>Kasvislounas Nugetit</p> | <p>Kasvislounas Makaronilaatikko</p> | <p>Kasvislounas Kasvisnakkikeitto</p> | <p>Kasvislounas Appelsiini-chilimifu</p> | <p>Kasvislounas Vegekebabkastike</p> |
| | <p>Välipala Jogurtti Täysjyväleipä Juusto edam Hedelmä</p> | <p>Välipala Hedelmäsmoothie Pesolan rieska Hedelmä</p> | <p>Välipala Sekamarjakiisseli Täysjyväleipä Hedelmä</p> | <p>Välipala Porkkanaohukaiset Tuoremarjasose Hedelmä</p> | <p>Välipala Pullapitko Kaakaojuoma Täysjyväleipä Hedelmä</p> |

Ruokalista 27.1. - 28.2.2025

| Viikko | Maanantai | Tiistai | Keskiviikko | Torstai | Perjantai |
|--------|--|--|--|---|--|
| 7 | 10.2.2025 | 11.2.2025 | 12.2.2025 | 13.2.2025 | 14.2.2025 |
| | <p>Aamupala Kaurahiutalepuuro (luomu) Näkkileipä Levite Maito Kalkkunaleike Tuorepala</p> | <p>Aamupala 4-viljan hiutalepuuro (luomu) Näkkileipä Levite Maito Raejuusto Tuorepala</p> | <p>Aamupala Mannapuuro Näkkileipä Levite Maito Mustikat Tuorepala</p> | <p>Aamupala Ruishiutalepuuro Näkkileipä Levite Maito Kananmuna Tuorepala</p> | <p>Aamupala Maustamaton jogurtti Mysli Aamupuuro Näkkileipä Reilu täysjyvä Levite Maito Tuorepala</p> |
| | <p>Lounas Lohipyörykät Perunat Tillikermaviilikastike Salaattipöytä</p> | <p>Lounas Broilerkiausaus Herneet Raastepöytä</p> | <p>Lounas Juustoinen kasvisseosekeitto Raejuusto Vesimeloniviipale Paprika Leipäpöytä</p> | <p>Lounas Välimeren uunikala Perunat Salaattipöytä</p> | <p>Lounas Lihakeitto Maustekurkkuviipale Tuorepala Sydänsämpylä</p> |
| | <p>Kasvislounas Kasvispyörykät</p> | <p>Kasvislounas Kasviskiausaus</p> | <p>Kasvislounas Juustoinen kasvisseosekeitto</p> | <p>Kasvislounas Välimeren kasvisvuoka</p> | <p>Kasvislounas Härkäpapukeitto</p> |
| | <p>Välipala Suklaavanukas Täysjyväleipä Hedelmä</p> | <p>Välipala Mansikkakiisseli Täysjyväleipä Juusto, Edam Hedelmä</p> | <p>Välipala Grahamlihapiiirakka Täysjyväleipä Hedelmä</p> | <p>Välipala Mangorahka Täysjyväleipä Hedelmä</p> | <p>Välipala Pannukakku Mansikkahillo Täysjyväleipä Hedelmä</p> |

Ruokalista 27.1. - 28.2.2025

| Viikko | Maanantai | Tiistai | Keskiviikko | Torstai | Perjantai |
|--------|---|---|---|--|---|
| 8 | 17.2.2025 | 18.2.2025 | 19.2.2025 | 20.2.2025 | 21.2.2025 |
| | Aamupala Kaurahiutalepuuro (luomu) Näkkileipä Levite Maito Kalkkunaleike Tuorepala | Aamupala 4-viljan hiutalepuuro (luomu) Näkkileipä Levite Maito Raejuusto Tuorepala | Aamupala Maustamaton jogurtti Mysli Aamupuuro Näkkileipä Reilu täysjyvä Levite Maito Tuorepala | Aamupala Ruishiutalepuuro Näkkileipä Levite Maito Kananmuna Tuorepala | Aamupala Mannapuuro Näkkileipä Levite Maito Mustikat Tuorepala |
| | Lounas Jauhelihapihvi Hampurilaiskastike Maalaislohkoperunat Salaattipöytä | Lounas Lohiperunavuoka Paahdetut punajuuret Salaattipöytä | Lounas Superpuuro Sekamarjakiisseli Saunapalvi Porkkanapalkki Leipäpöytä | Lounas Butter chicken Ruokakaura Perunat Salaattipöytä | Lounas Uunimakkara Perunamuusi Raastepöytä |
| | Kasvislounas Kvinoa kasvispihvi | Kasvislounas Metsäsienikiusaus | Kasvislounas Superpuuro | Kasvislounas Butter quorn | Kasvislounas Makkaravalikoima |
| | Välipala Pinaattiohukaiset Mustaherukkahillo Hedelmä | Välipala Aprikoosikiisseli Täysjyväleipä Juusto, Gouda Hedelmä | Välipala Jauhelihapizza Hedelmä | Välipala Juureslautanen Dippi Pesolan rieska Hedelmä | Välipala Hedelmäinen vanukas Täysjyväleipä Hedelmä |

Ruokalista 27.1. - 28.2.2025

| Viikko | Maanantai | Tiistai | Keskiviikko | Torstai | Perjantai |
|--------|--|--|--|---|--|
| 9 | 24.2.2025 | 25.2.2025 | 26.2.2025 | 27.2.2025 | 28.2.2025 |
| | <p>Aamupala Kaurahiutalepuuro (luomu) Näkkileipä Levite Maito Kalkkunaleike Tuorepala</p> | <p>Aamupala 4-viljan hiutalepuuro (luomu) Näkkileipä Levite Maito Raejuusto Tuorepala</p> | <p>Aamupala Mannapuuro Näkkileipä Levite Maito Mustikat Tuorepala</p> | <p>Aamupala Ruishiutalepuuro Näkkileipä Levite Maito Kananmuna Tuorepala</p> | <p>Aamupala Maustamaton jogurtti Mysli Aamupuuro Näkkileipä Reilu täysjyvä Levite Maito Tuorepala</p> |
| | <p>Lounas Kalanugetit Perunat Remouladekastike Salaattipöytä</p> | <p>Lounas Tex-mex perunavuoka Salaattipöytä</p> | <p>Lounas Juustoinen kalakeitto Omenalohkot Kurkkuviipale Perunarieskanen</p> | <p>Lounas Jauheliuhaperunasoselaatikko Ratatouille Raastepöytä</p> | <p>Lounas Currykalkkunakeitto Paprika Hedelmä Leipäpöytä</p> |
| | <p>Kasvislounas Nugetit</p> | <p>Kasvislounas Kasviskuisaus</p> | <p>Kasvislounas Juustoinen kasvisseikeitto</p> | <p>Kasvislounas Perunasoselaatikko</p> | <p>Kasvislounas Mifucurrykeitto</p> |
| | <p>Välipala Marjasekoitus Rahka-kinuskikastike Täysjyväleipä Hedelmä</p> | <p>Välipala Appelsiini-mangokiisseli Täysjyväleipä Hedelmä</p> | <p>Välipala Kaura-omenapaistos Vaniljakastike Hedelmä</p> | <p>Välipala Jogurtti Täysjyväleipä Hedelmä</p> | <p>Välipala Liha-riisipasteija Tuorepala Hedelmä</p> |