

Ruokalista 6.1.2025 - 26.1.2025

Ruokalista 6.1.2025 - 26.1.2025

2	6.1.2025	7.1.2025	8.1.2025	9.1.2025	10.1.2025
	Aamupala	Aamupala 4-viljan hiutalepuuro (luomu) Näkkileipä Levite Maito Raejuusto Tuorepala	Aamupala Mannapuuro Näkkileipä Levite Maito Mustikat Tuorepala	Aamupala Ruishiutalepuuro Näkkileipä Levite Maito Kananmuna Tuorepala	Aamupala Maustamaton jogurtti Mysli Aamupuuro Näkkileipä Reilu täysjyvä Levite Maito Tuorepala
	Lounas	Lounas Jauhelihamakaronipata Punajuuriviipale Maustekurkku	Lounas Lohipyörykät Perunat Tillikermaviilikastike Raastepöytä	Lounas Juustoinen kasvissosekeitto Raejuusto Vesimeloniviipale Paprika	Lounas Broilerikiusaus Uunijuurekset Salaattipöytä
	Kasvislounas	Kasvislounas Makaronilaatikko	Kasvislounas Kasviskiusaus	Kasvislounas Juustoinen kasvissosekeitto	Kasvislounas Kasvispyörykät
	Välipala	Välipala Jogurtti persikka Täysjyväleipä Hedelmä	Välipala Mangorahka Täysjyväleipä Hedelmä	Välipala Nakkisämpylä Hedelmä	Välipala Mansikkakiisseli Täysjyväleipä Juusto Edam Hedelmä

Ruokalista 6.1.2025 - 26.1.2025

3	13.1.2025	14.1.2025	15.1.2025	16.1.2025	17.1.2025
	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	Lounas Butter chicken Ruokakaura Perunat Raastepöytä	Lounas Uunimakkara Perunamuusi Salaattipöytä
	Kasvislounas Kvinoakasvispihvi	Kasvislounas Metsäsienikiusaus	Kasvislounas Superpuuro	Kasvislounas Butter quorn	Kasvislounas Makkaravalikoima
	Välipala Pinaattiohukaiset Mustaherukkahillo Hedelmä	Välipala Aprikoosikiisseli Täysjyväleipä Juusto, Gouda Hedelmä	Välipala Jauhelihapizza Hedelmä	Välipala Mustikkavanukas Täysjyväleipä Hedelmä	Välipala Juureslautanen Dippi Pesolan rieska Hedelmä

Ruokalista 6.1.2025 - 26.1.2025

4	20.1.2025	21.1.2025	22.1.2025	23.1.2025	24.1.2025
	Aamupala Kaurahiutalepuuro (luomu) Näkkileipä Levite Maito Kalkkunaleike Tuorepala	Aamupala 4-viljan hiutalepuuro (luomu) Näkkileipä Levite Maito Raejuusto Tuorepala	Aamupala Mannapuuro Näkkileipä Levite Maito Mustikat Tuorepala	Aamupala Ruishiutalepuuro Näkkileipä Levite Maito Kananmuna Tuorepala	Aamupala Maustamaton jogurtti Mysli Aamupuuro Näkkileipä Reilu täysjyvä Levite Maito Tuorepala
	Lounas Kalanugetit Perunat Remouladekastike Salaattipöytä	Lounas Kinkkukiusaus Puutarhurin sekoitus Raastepöytä	Lounas Juustoinen kalakeitto Tuorejuusto Omenalohkot Kurkkuviipale Lapin perunarieska	Lounas Jauhelihaperunasoselaatikko Salaattipöytä	Lounas Curry-kalkkunakeitto Kurkkuviipale Hedelmä Täysjyväleipä
	Kasvislounas Nugetit	Kasvislounas Kasviskiusaus	Kasvislounas Juustoinen kasvisseikeitto	Kasvislounas Perunasoselaatikko	Kasvislounas Mifu currykeitto
	Välipala Appelsiini-mangokiisseli Täysjyväleipä Hedelmä	Välipala Marjasekoitus Rahka-kinuskikastike Täysjyväleipä Hedelmä	Välipala Persikkarahka Täysjyväleipä Hedelmä	Välipala Kaura-omenapaistos Vaniljakastike Hedelmä	Välipala Liha-riisipasteija Tuorepala Hedelmä