

# Viikoittainen ateriasuunnitelma

Päivämäärä **2.-8.3.2026**



| VKO 10                             | Aamialainen                                                                             | Lounas                                                                                                                       | Päiväkahvi                             | Päivällinen                                     | Iltaapala                                                                            |
|------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|-------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Maanantai</b>                   | 4-viljanpuuro<br>hillo/mehukeitto<br>mehu<br>leipä, leikkele,<br>tomaatti<br>kahvi/tee  | Bolognesekastike G<br>pasta<br>parmesanlastut G<br>parsakaali G<br>perunasalaatti G<br>mansikkakiisseli G                    | Kahvi/Tee<br>makea leivonnainen        | Härkiseitto<br>leikkeleiväät                    | Vaihdellen leipää,<br>viiliä, jogurttia,<br>rahkaa, kiisseliä,<br>puuroa, piirakoita |
| <b>Tiistai</b>                     | Ohrapuuro<br>hillo/mehukeitto<br>mehu<br>leipä, juusto,<br>tomaatti<br>kahvi/tee        | Kaalilaatikko G<br>puolukkasurvos G<br>herne-maissi-<br>paprika G<br>melonisalaatti G<br>mangorahka G                        | Kahvi/Tee<br>suolainen<br>leivonnainen | Bataattiseitto<br>leikkeleiväät                 | Vaihdellen leipää,<br>viiliä, jogurttia,<br>rahkaa, kiisseliä,<br>puuroa, piirakoita |
| <b>Keskiviikko</b>                 | Kaurapuuro<br>hillo/mehukeitto<br>mehu<br>leipä, maksamakkara<br>kahvi/tee              | Broilerkeitto G<br>patonkia<br>tuorejuustoleivite G<br>puolukkavispipuuro                                                    | Kahvi/Tee<br>makea leivonnainen        | Lohikiusaus<br>vihreä coleslaw                  | Vaihdellen leipää,<br>viiliä, jogurttia,<br>rahkaa, kiisseliä,<br>puuroa, piirakoita |
| <b>Torstai</b>                     | Ruishiutalepuuro<br>hillo/mehukeitto<br>mehu<br>leipä, leikkele,<br>kurkku<br>kahvi/tee | Juustogratinoitu<br>uunimakkara G<br>perunasose G<br>sipulikastike G<br>uunitomaatit G<br>appelsiini kiisseli G              | Kahvi/ Tee<br>makea leivonnainen       | Porkkanaseitto<br>riisi piirakat<br>munavoi     | Vaihdellen leipää,<br>viiliä, jogurttia,<br>rahkaa, kiisseliä,<br>puuroa, piirakoita |
| <b>Perjantai</b>                   | Riisihiutalepuuro<br>hillo/mehukeitto<br>mehu<br>leipä, muna, silli<br>kahvi/tee        | Porsaanleike G<br>perunat G<br>bearnaisekastike G<br>porkkanaviipaleet G<br>sienisalaatti G<br>vaniljakiisseli ja hillo<br>G | Kahvi/Tee<br>makea leivonnainen        | Ohrapuuro<br>mehukeitto<br>leikkeleiväät        | Vaihdellen leipää,<br>viiliä, jogurttia,<br>rahkaa, kiisseliä,<br>puuroa, piirakoita |
| <b>Lauantai</b>                    | Vehnäpuuro<br>hillo/mehukeitto<br>mehu<br>leipä, leikkele,<br>maustekurkku<br>kahvi/tee | Tonnikalavuoka G<br>vihreät pavut G<br>porkkanaraaste G<br>karviaiskiisseli G                                                | Kahvi/Tee<br>makea leivonnainen        | Kanaviillockki<br>riisi<br>kaali-puolukkaraaste | Vaihdellen leipää,<br>viiliä, jogurttia,<br>rahkaa, kiisseliä,<br>puuroa, piirakoita |
| <b>Sunnuntai</b>                   | Kaurapuuro<br>hillo/mehukeitto<br>mehu<br>leipä, juusto kurkku<br>kahvi/tee             | Palapaisti G<br>perunat G<br>aura-punajuuruvoika<br>G<br>mummon<br>vihersalaatti G<br>jäätelö ja<br>kinuskikastike G         | Kahvi/Tee<br>suolainen<br>leivonnainen | Makaronivelli<br>leikkeleiväät                  | Vaihdellen leipää,<br>viiliä, jogurttia,<br>rahkaa, kiisseliä,<br>puuroa, piirakoita |
| <b>Pidämme oikeuden muutoksiin</b> |                                                                                         |                                                                                                                              |                                        |                                                 |                                                                                      |

Valmistamme kaikki laktoosittomina. Jos gluteenittomuus ei ole merkitty G, niin gluteenittoman saa erikseen keittiöltä. Jokaisella aterialla tarjolla leipää.