

Viikoittainen ateriasuunnitelma

Päivämäärä **12.-**
18.1.2026



VKO 3	Aamialainen	Lounas	Päiväkahvi	Päivällinen	Iltapala
Maanantai	Ruishiutalepuuro hillo/mehukeitto mehu leipä, juusto kurkku kahvi/tee	Lihamureke perunat G suppilovahveroka stike G kasvisgratiini G coleslaw G marjakiisseli G	Kahvi/Tee leivonnainen	Savukalakeitto saaristolaisleipä munavoi	Vaihdellen leipää viiliä, jogurttia rahkaa, kiisseliä puuroa, piirakoita
Tiistai	4-viljanpuuro hillo/mehukeitto mehu leipä, leikkele tomaatti kahvi/tee	Possukastike G perunat G pikkuporkkanat G hedelmäinen salaatti G sitruskiisseli G	Kahvi/Tee Suolainen välipala	Broilerkiusaus mustaherukkahillo	Vaihdellen leipää viiliä, jogurttia rahkaa, kiisseliä puuroa, piirakoita
Keskiviikko	Vehnähiutalepuuro hillo/mehukeitto mehu leipä, juusto maustekurkku kahvi/tee	Makkarakeitto G levainleipä tuorejuustolevite G vihanneksia G mustikkarahka G	Kahvi/Tee Makea leivonnainen	Kaurainen italianpata porkkanaraaste	Vaihdellen leipää, viiliä, jogurttia, rahkaa, kiisseliä, puuroa, piirakoita
Torstai	Orahiutalepuuro hillo/mehukeitto mehu leipä, leikkele tomaatti kahvi/tee	Pippurimakrilli G kermaviilikastike G perunasose G uunipunajuuret G vihersalaatti G ruismarjapuuro	Kahvi/ Tee Makea leivonnainen	Gulassikeitto juustoleivät	Vaihdellen leipää, viiliä, jogurttia, rahkaa, kiisseliä, puuroa, piirakoita
Perjantai	Kaurapuuro hillo/mehukeitto mehu leipä, munavoi kahvi/tee	Jauheliha- perunasoselaatik ko G ruusukaalit G tomaatti- mozzarellasalaatti G appelsiini-kiisseli G	Kahvi/Tee Makea leivonnainen	Riisipuuro mehukeitto leikkeleivät	Vaihdellen leipää, viiliä, jogurttia, rahkaa, kiisseliä, puuroa, piirakoita
Lauantai	Hirssipuuro hillo/mehukeitto mehu leipä, juusto kurkku kahvi/tee	kasvispihvit G currymajoneesi G maalaislohkoperu nat G kukkakaalit G kaisersalaatti marjat ja vaniljakastike G	Kahvi/Tee Makea leivonnainen konvehdit	Puustellin munavuoka vihersalaatti	Vaihdellen leipää, viiliä, jogurttia, rahkaa, kiisseliä, puuroa, piirakoita
Sunnuntai	Mannapuuro hillo/mehukeitto mehu leipä, leikkele tomaatti kahvi/tee	Kevytkanava valkosipuliperuna t G tomaattikastike G papumix G tonnikala- vihersalaatti G suklaamousse G	Kahvi/Tee Makea leivonnainen	Riistakeitto ohravatruskat	Vaihdellen leipää, viiliä, jogurttia, rahkaa, kiisseliä, puuroa, piirakoita
Pidämme olkouden muutoksiin					

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