

# Kuonalantie/ Haapajärvi

Kalenteriviikot 2024: 32, 37, 42, 47, 52 ja 2025: 5, 10,15, 20, 25,30, 35, 40, 45, 50

Ateria	Vko 1/ ma	ti	ke	to	pe
Lounas	Jauhelihakastike, spagetti, porkkanaraaste (syksy) ja jäävuori-tuorekurkku-persikkasalaatti (kevät), ketsuppi 4-viljan viipale, näkkileipä rasvaton maito/piimä margariini	Kanapyörökät, perunat, kastike, jäävuori-punafrisee-tomaattisalaatti 4-viljan viipale, näkkileipä rasvaton maito/piimä margariini	Uunimakkara, perunasose, kaali-rapea-melonisalaatti , sinappi, ketsuppi, kurkkusalaatti 4-viljan viipale, näkkileipä rasvaton maito/piimä margariini	Lihakeitto, saunapalvileike, tuorekurkku, 4-viljan viipaleleipä, rasvaton maito / piimä,margariini	Kirjolohivuoka, kaali-kesäkurpitsa-ananassalaatti, punajuurikuutio kauraleipäviipale näkkileipä rasvaton maito/piimä margariini
Jälkiruoka	Ananaskiisseli	Hedelmämousse	Marjat (Suomi)ja vaniljakastike	Mangovispiuuro	Päärynäkiisseli
Päiväkahvi	Kahvi, pitkopulla	Kahvi, keksi	Kahvi, pitkopulla	Kahvi, rinkeli	Kahvi, pitkopulla

Kalenteriviikot 2024: 33, 38, 43, 48 ja 2025: 1, 6, 11, 16, 21, 26, 31, 36, 41, 46, 51

Ateria	Vko 2 /ma	ti	ke	to	pe
Lounas	Broilerikastike, riisi, jäävuori-kaali-persikkasalaatti, mustaherukkahillo 4-viljan viipale, näkkileipä rasvaton maito/piimä margariini	Hernekeitto, polarjuusto 15 %, ohrarieskanen, tuorekurkkuviipale, sinappi näkkileipä rasvaton maito/piimä margariini	Jauhelihapihvi, perunasose punakaali-kesäkurpitsa-kartanoherkkusalaatti, sinappi, ketsuppi ruisreikäleipä näkkileipä rasvaton maito/piimä margariini	Lohikeitto, kevyt balkanmakkara, salaatinlehti, ruisreikäleipä näkkileipä rasvaton maito/piimä margariini	Kinkkukiusaus, vihreä salaatti-kurkkukuutio-mandariinisalaatti 4-viljan viipale, näkkileipä rasvaton maito/piimä margariini
Jälkiruoka	Ruusunmarja-kiisseli	Pannari ja mansikkahillo	Marjarahka	Aprikoosikiisseli	Raparperikiisseli
Päiväkahvi	Kahvi, pitkopulla	Kahvi, keksi	Kahvi, pitkopulla	Kahvi, rinkeli	Kahvi, pitkopulla

Kalenteriviikot 2024: 34, 39, 44, 49 ja 2025: 2, 7, 12, 17, 22, 27, 32, 37, 42, 47, 52

Ateria	Vko 3 / ma	ti	ke	to	pe
Lounas	Mifupasta, salaattisekoitus- hunaja-cantaloupemelonisalaatti raejuusto, vaalea viljainen leipä, näkkileipä rasvaton maito/piimä margariini	Kalapyörökät, perunasose, jäävuori-kurkku-paprikasalaatti, punajuurikuutio vaalea viljainen leipä, näkkileipä rasvaton maito/piimä margariini	Aurinkoinen broilerikeitto, oltermanni-juusto 17 %, kauraleipä, paprikasuikale, näkkileipä rasvaton maito/piimä margariini	Palapaisti, perunat, vihannesmix, jää-punafrisee-omena-kurpitsasalaatti kauraleipä näkkileipä rasvaton maito/piimä margariini	Makaronilaatikko, porkkana-ananasraaste (syksy) ja kaali-kurkku-ananassalaatti (kevät), ketsuppi vaalea viljainen leipä näkkileipä rasvaton maito/piimä margariini
Jälkiruoka	Mangokiisseli	Omena-päärynäkiisseli	Mansikka-vispipuuro	Hedelmäinen piimävanukas	Persikkakiisseli
Päiväkahvi	Kahvi, pitkopulla	Kahvi, keksi	Kahvi, pitkopulla	Kahvi, rinkeli	Kahvi, pitkopulla
Kalenteriviikot 2024: 35, 40, 45, 50 ja 2025: 3, 8, 13, 18, 23, 28, 33, 38, 43, 48					
Ateria	Vko 4 / ma	ti	ke	to	pe
Lounas	Kalkkunakastike, riisi, salaattimix-kurkku-ananassalaatti, mustaherukkahillo 4-viljan viipale näkkileipä rasvaton maito/piimä margariini	Jauhelihakeitto, polarjuusto 15 %, grahamsämpylä mandariini näkkileipä rasvaton maito/piimä margariini	Uunikala kastikkeessa, perunat, jäävuori-punafrisee-kesäkurpitsasalaatti, punajuurikuutio 4-viljan viipale näkkileipä rasvaton maito/piimä margariini	Porojuustokeitto, paprikasuikale, perunalimppu näkkileipä rasvaton maito/piimä margariini	Lasagnette, kaali-jäävuori-mandariinisalaatti, ketsuppi perunalimppu näkkileipä rasvaton maito/piimä margariini
Jälkiruoka	Mangokiisseli	Marjakiisseli	Puolukkamousse	Vatkattu mustaherukka-puuro	Hedelmäkiisseli
Päiväkahvi	Kahvi, pitkopulla	Kahvi, keksi	Kahvi, pitkopulla	Kahvi, rinkeli	Kahvi, pitkopulla

Ateria	Vko 5 / ma	ti	ke	to	pe
Lounas	Nakkikastike, perunat, vihreäsalaatti-retiisi-ananassalaatti kauraleipä näkkileipä rasvaton maito/piimä margariini	Pinaattiohukaiset, perunasose, jäävuori-punafrisee-paprikakuutio-mango-salaatti, puolukka, raejuusto kauraleipä näkkileipä rasvaton maito/piimä margariini	Kalakeitto , oltermannijuusto 17 %, salaatinlehti, ruissämpylä näkkileipä rasvaton maito/piimä margariini	Lihapyörykät, perunat, kastike, salaattimix-tomaatti-kurkkusalaatti kaura 100% näkkileipä rasvaton maito/piimä margariini	Broilerpastavuoka, rapea suikale-vesimelonisalaatti kaura 100% näkkileipä rasvaton maito/piimä margariini
Jälkiruoka	Päärynäkiisseli	Vadelmavispipuuro	Aprikoosikiisseli	Hedelmäsmootie	Kuningatarkiisseli
Päiväkahvi	Kahvi, pitkopulla	Kahvi, keksi	Kahvi, pitkopulla	Kahvi, rinkeli	Kahvi, pitkopulla