

## KOSKITUPA, KOTITUPA, KOTIPESÄ

### Ruokalista 1 / VK. 2, 7, 12, 17, 22

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
<b>AAMU-PALA</b>	Ruishiutalepuuro tuoremehu, maito, leipä, leikkele, kahvi	Neljänviljanpuuro tuoremehu, maito, leipä, juusto, kahvi	Kaurapuuro tuoremehu, maito, leipä, leikkele, kahvi	Ohrahiutalepuuro tuoremehu, maito, leipä, leikkele, kahvi	Vehnähiutalepuuro tuoremehu, maito, leipä, juusto, kahvi <b>Hedelmät</b>	Lesepuuro tuoremehu, maito, leipä, marjat, kahvi	Neljänviljanpuuro tuoremehu, maito, leipä, leikkele, kahvi
<b>LOUNAS</b>	Lihakeitto  Tuoresalaatti  Mustikkarahka	Kasvispyörökät perunat Juustokastike  Porkkana- persikkasalaatti  Puolukkakiisseli	Kalkkunakastike riisi  Rapea-punakaali- ananassalaatti  Mustaherukka- kiisseli	Kahdenkalankeitto  Tuoresalaatti  Ruusunmarjakiisseli	Uunimakkara Perunasose Kastike  Rapea-tomaatti- kurkkusalaatti  MarjasMOOTHIE	Broilerikeitto  Tuoresalaatti  Omenakiisseli	Jauhelihipihvit perunat Kastike  Tuoresalaatti  Hedelmärahka
<b>PÄIVÄL-LINEN</b>	Neljänviljan- hiutalepuuro	Purjo-perunasose- keitto	Marjapuuro	Lihaperuna- viipalelaatikko	Riisipuuro	Kasviskiausaus	Broileripastavuoka
<b>ILTA-PALA</b>	Riisipiirakka, kananmuna, maito	Marjarahka, leipä, maito, leikkele	Vanukas, leipä maito, maksamakkara	Croissantti leipä, maito, leikkele	Ruusunmarjakiisseli leipä, maito, kananmuna	Riisipuuro, soppa leipä, maito	Omenakiisseli, leipä, maito, leikkele

Lounaalla ja päivällisellä tarjolla: ruokajuoma, leipä, ravintorasva

## Ruokalista 2 / VK. 3, 8, 13, 18

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
<b>AAMU-PALA</b>	Ruishiutalepuuro tuoremehu, maito, leipä, leikkele, kahvi	Neljänviljanpuuro tuoremehu, maito, leipä, juusto, kahvi	Kaurapuuro tuoremehu, maito, leipä, leikkele, kahvi	Ohrahiutalepuuro tuoremehu, maito, leipä, leikkele, kahvi	Vehnähiutalepuuro tuoremehu, maito, leipä, juusto, kahvi Hedelmät	Lesepuuro tuoremehu, maito, leipä, marjat, kahvi	Neljänviljanpuuro tuoremehu, maito, leipä, leikkele, kahvi
<b>LOUNAS</b>	Bolognesekastike Perunat  Rapea-kurkku- melonisalaatti  Mangorahka	Makkarakeitto  Tuoresalaatti  Karpalokiisseli	Kalapalat Perunat Maitokastike  Kiinankaali- kesäkurpitsa- appelsiinisalaatti  Maitokiisseli ja hillo	Porojuustokeitto  Tuoresalaatti  Vispipuuro	Broilerikastike Perunat  Rapea-porkkana- hunaja- melonisalaatti  Vadelmakiisseli	Lihakeitto  Tuoresalaatti  Persikkakiisseli	Viipalepaisti perunat  Tuoresalaatti  Mansikka- raparperikiisseli
<b>PÄIVÄL-LINEN</b>	Ohrahiutalepuuro / velli	Merimiespata	Neljänviljanpuuro	Jauhelihaperuna- viipalelaatikko	Riisipuuro	Lohilaatikko	Metsäsienikiusaus
<b>ILTA-PALA</b>	Marjaviili, leipä, maito, leikkele	Juotava jogurtti, leipä, maito, leikkele	Karpalokiisseli, leipä, maito, juusto	Pasteija maito	Puolukkasoppa, leipä maito, maksamakara	Riisipuuro ja soppa leipä, maito	Hedelmäkiisseli, leipä, maito, leikkele

Lounaalla ja päivällisellä tarjolla: ruokajuoma, leipä, ravintorasva

## Ruokalista 3 / VK. 4, 9, 14, 19

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
<b>AAMU-PALA</b>	Ruishiutalepuuro tuoremehu, maito, leipä, leikkele, kahvi	Neljänviljanpuuro tuoremehu, maito, leipä, juusto, kahvi	Kaurapuuro tuoremehu, maito, leipä, leikkele, kahvi	Ohrahiutalepuuro tuoremehu, maito, leipä, leikkele, kahvi	Vehnähiutalepuuro tuoremehu, maito, leipä, juusto, kahvi Hedelmät	Lesepuuro tuoremehu, maito, leipä, marjat, kahvi	Neljänviljanpuuro tuoremehu, maito, leipä, leikkele, kahvi
<b>LOUNAS</b>	Lihapyörökät perunat ja kastike  Kaali-meloni- kesäkurpitsasalaatti  Jogurtti	Lohikeitto  Tuoresalaatti  Ohukaiset ja hillo	Palapaisti perunat  Rapea-tomaatti- kurkkusalaatti  Persikkarahka	Kasvissosekeitto  Tuoresalaatti  Punaherukkakiisseli	Makaronilaatikko / Broileripastavuoka  Porkkana- ananasraaste  Marjapaistos ja vaniljakastike	Kaalikääryle Perunat ja kastike  Puolukkasose Tuoresalaatti  Appelsiiniikiisseli	Sianlihakastike Perunat  Tuoresalaatti  Mansikkakiisseli
<b>PÄIVÄL-LINEN</b>	Riisihiutalepuuro / velli	Vihannesperuna- keitto	Mannapuuro	Kinkkukiusaus	Riisipuuro	Makaronilaatikko	Broilerivuoka
<b>ILTA-PALA</b>	Riisipiirakka, maito, leikkele	Omenakanelikiisseli, leipä, maito, leikkele	Ruusunmarjakiisseli leipä, maito, juusto	Hedelmärahka, leipä, maito, leikkele	Herukkakiisseli leipä, maito, juusto	Pizzapala, maito	Appelsiiniikiisseli leipä, maito, juusto

Lounaalla ja päivällisellä tarjolla: ruokajuoma, leipä, ravintorasva

## Ruokalista 4 / VK. 5, 10, 15, 20

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
<b>AAMU-PALA</b>	Ruishiutalepuuro tuoremehu, maito, leipä, leikkele, kahvi	Neljänviljanpuuro tuoremehu, maito, leipä, juusto, kahvi	Kaurapuuro tuoremehu, maito, leipä, leikkele, kahvi	Ohrahiutalepuuro tuoremehu, maito, leipä, leikkele, kahvi	Vehnähiutalepuuro tuoremehu, maito, leipä, juusto, kahvi <b>Hedelmät</b>	Lesepuuro tuoremehu, maito, leipä, marjat, kahvi	Neljänviljanpuuro tuoremehu, maito, leipä, leikkele, kahvi
<b>LOUNAS</b>	Nakkikastike Perunat  Rapea-kaali- mandariinisalaatti  Hedelmäsalaatti	Broilerivuoka Perunat Currykastike  Porkkana- raejuustosalaatti  Marjarahka	Jauhelihakeitto  Tuoresalaatti  Suklaakiisseli	Maksalaatikko Perunat Voisulakastike  Puolukkasose Rapea-paprika- melonisalaatti  Mangokiisseli	Lindströminpihvi Perunasose Kastike  Kaali-kurkku- persikkasalaatti  Hedelmäsmoothie	Nakkikeitto  Tuoresalaatti  Mustikkakiisseli	Palapaisti Perunat  Tuoresalaatti  Puolukkatalkkunarahka
<b>PÄIVÄL-LINEN</b>	Vehnähiutalepuuro	Kasvissosekeitto	Perunasuurimovelli	Lihaperuna- laatikko	Riisipuuro	Riistavuoka	Janssoninkiusaus
<b>ILTA-PALA</b>	Juotava jogurtti leipä, maito, leikkele	Marjasoppa leipä, maito, juusto	Marjarahka leipä, maito, leikkele	Hedelmä leipä, maito, juusto	Mangosoppa, leipä maito, maksamakkara	Riisipuuro, soppa leipä, maito	Mustikkakeitto leipä, maito, leikkele

Lounaalla ja päivällisellä tarjolla: ruokajuoma, leipä, ravintorasva

## Ruokalista 5 / VK. 6, 11, 16, 21

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
<b>AAMU-PALA</b>	Ruishiutalepuuro tuoremehu, maito, leipä, leikkele, kahvi	Neljänviljanpuuro tuoremehu, maito, leipä, juusto, kahvi	Kaurapuuro tuoremehu, maito, leipä, leikkele, kahvi	Ohrahiutalepuuro tuoremehu, maito, leipä, leikkele, kahvi	Vehnähiutalepuuro tuoremehu, maito, leipä, juusto, kahvi <b>Hedelmät</b>	Lesepuuro tuoremehu, maito, leipä, marjat, kahvi	Neljänviljanpuuro tuoremehu, maito, leipä, leikkele, kahvi
<b>LOUNAS</b>	Aurinkoinen Broilerikeitto  Tuoresalaatti  Banaanirahka	Silakkapihvit perunat kastike  Rapea-kurpitsa-paprikasalaatti  Kuningatarkiisseli	Jauhelihaperuna- sosepata Pikkuporkkanat  Tuoresalaatti  Ananaskiisseli	Hernekeitto  Tuoresalaatti  Pannari ja hillo	Lasagne  Porkkana-kurkku- hunajameloni- salaatti  Omenapaistos ja vaniljakastike	Jauhelihakeitto  Tuoresalaatti  Puolukkavispipuuro	Karjalanpaisti perunat keitetyt vihannekset  Tuoresalaatti  Persikkakiisseli
<b>PÄIVÄL-LINEN</b>	Vitamannavelli	Kermainen kasviskeitto	Ruishiutalepuuro / velli	Maitoperunat	Riisipuuro	Kinkkukiusaus	Kaalilaatikko Puolukkasose
<b>ILTA-PALA</b>	<b>Lihapiirakka, maito</b>	<b>Kerrosviili leipä, maito, leikkele</b>	<b>Kuningatarkiisseli leipä, maito, kananmuna</b>	<b>Ananaskeitto leipä, maito, leikkele</b>	<b>Aprikoosikiisseli, leipä, maito, leikkele</b>	<b>Pizzapala, maito</b>	<b>Jogurtti leipä, maito, leikkele</b>

Lounaalla ja päivällisellä tarjolla: ruokajuoma, leipä, ravintorasva