

Ruokalista 17.4. - 26.5.2023

Viikko	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
16	17.4.2023	18.4.2023	19.4.2023	20.4.2023	21.4.2023
	Aamiainen Kaurahiutalepuuro (luomu)	Aamiainen 4-viljan hiutalepuuro (luomu)	Aamiainen Mannapuuro	Aamiainen Ruishiutalepuuro	Aamiainen Täysjyvämurot
	Lounas Kasvispyörökät Perunamuusi Jäävuorisalaatti-kurkku-persikka	Lounas Tahitin broilerkastike Riisi Salaattisekoitus-tomaatti-maissi	Lounas Tonnikalapastavuoka Porkkanaraaste-ananaskuutio-kesäkurpitsa	Lounas Makkarakeitto Reissumies kaura Maustekurkku Omenalohkot	Lounas Broilerkiusaus Pikkuporkkanat Jäävuorisalaatti-tomaatti-persikka
	Välipala Jogurtti	Välipala Aprikoosikiisseli	Välipala Mansikkarahka	Välipala Riisipiirakka rukiinen Kananmuna	Välipala Hedelmäsmoothie
17	24.4.2023	25.4.2023	26.4.2023	27.4.2023	28.4.2023
	Aamiainen Kaurahiutalepuuro (luomu)	Aamiainen 4-viljan hiutalepuuro (luomu)	Aamiainen Mannapuuro	Aamiainen Ruishiutalepuuro	Aamiainen Täysjyvämurot
	Lounas Kanaviillokki Perunat Punakaali-mustaherukkahillosalaatti	Lounas Kasvislasagne Salaattijuusto Jäävuorisalaatti-tomaatti-herne Puutarhurin sekoitus	Lounas Tomaattinen jauhelihakeitto Kurkku Juuresleipä Mango-vaniljajogurtti	Lounas Järvikalapihvi Perunamuusi Porkkanaraaste	Lounas Nakkikastike Perunat Salaattisekoitus-retiisi-cantaloupemeloni Munkki
	Välipala Suklaavanukas	Välipala Sekamarjakiisseli	Välipala Kanatasku	Välipala Trooppinen kiisseli	Välipala Mustikkavaahto

Ruokalista 17.4. - 26.5.2023

Viikko	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
18	1.5.2023	2.5.2023	3.5.2023	4.5.2023	5.5.2023
	Aamiainen	Aamiainen 4-viljan hiutalepuuro (luomu)	Aamiainen Mannapuuro	Aamiainen Ruishiutalepuuro	Aamiainen Täysjyvämurot
	Lounas	Lounas Jauhelihakastike Riisi+ohrasuurimo Kurkku Tomaatti	Lounas Porkkanapihvi Perunat Kermaviilikastike Kaali-ananassalaatti	Lounas Juustoinen kalakeitto Voileipätahna Reissumies tosi tumma Omenalohkot	Lounas Broilerlasagnette Jäävuosisalaatti-tomaatti- kurkku-persikka
	Välipala	Välipala Täysjyvämurot Mehukeitto	Välipala Mangorahka	Välipala Grahamlihapirakka	Välipala Vadelmakiisseli
19	8.5.2023	9.5.2023	10.5.2023	11.5.2023	12.5.2023
	Aamiainen Kaurahiutalepuuro (luomu)	Aamiainen 4-viljan hiutalepuuro (luomu)	Aamiainen Mannapuuro	Aamiainen Ruishiutalepuuro	Aamiainen Täysjyvämurot
	Lounas Juustoinen kasvissosekeitto Raejuusto Reilu täysjyvä Paprika	Lounas Uunimakkara Perunamuusi Sinappikurkkusalaatti Porkkanaraaste	Lounas Broileribolognesekastike Spagetti Salaattisekoitus-ananas- retiisi	Lounas Kylmäsavulohikiusaus Herne-maissi-porkkana Punajuuriviipale	Lounas Curry-kalkkunakeitto Juusto, Gouda Reilu vehnälese Kurkku
	Välipala Pinaattiohukaiset Mustaherukkahillo	Välipala Aprikoosikiisseli	Välipala Maustamaton jogurtti Marjat	Välipala Juureslautanen ja dippi Pesolan rieska	Välipala Marjasoothie

Ruokalista 17.4. - 26.5.2023

Viikko	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
20	15.5.2023	16.5.2023	17.5.2023	18.5.2023	19.5.2023
	Aamiainen Kaurahiutalepuuro (luomu)	Aamiainen 4-viljan hiutalepuuro (luomu)	Aamiainen Mannapuuro	Aamiainen	Aamiainen Täysjyvämurot
	Lounas Kananugetit Riisi+ohrasuurimo Jäävuorisalaatti-kurkku- persikka Remouladekastike	Lounas Pippuripossu Perunat Salaattisekoitus-tomaatti- mangonmakuiset kurpitsapalat	Lounas Jauhelihapernasoselaattikko Kaali-puolukkasalaatti Parsakaali	Lounas	Lounas Punainen uunikala Perunat Salaattisekoitus-ananas- kesäkurpitsa
	Välipala Mustikkavanukas	Välipala Lemppari kaurasämpylä Kaakaojuoma	Välipala Appelsiini-mangokiisseli	Välipala	Välipala Persikkarahka
21	22.5.2023	23.5.2023	24.5.2023	25.5.2023	26.5.2023
	Aamiainen Kaurahiutalepuuro (luomu)	Aamiainen 4-viljan hiutalepuuro (luomu)	Aamiainen Mannapuuro	Aamiainen Ruishiutalepuuro	Aamiainen Täysjyvämurot
	Lounas Mifu-makaronipata Juustonappi Salaattisekoitus-tomaatti- appelsiini	Lounas Kinkkukiusaus Punajuuri-omenasalaatti Ratatouille-kasvikset	Lounas Broilerkeitto Puikula täysjyväruis Porkkanalohko Banaanin puolikas	Lounas Kalapuikot Perunat Kermaviilikastike Jäävuorisalaatti-meloni- parsakaali	Lounas Jauhelihakastike Perunat Salaattisekoitus-kurkku- mandariini
	Välipala Hedelmäinen vanukas	Välipala Boysenmarjakiisseli	Välipala Marjasekoitus Rahka-kinuskikastike	Välipala Päärynäkiisseli	Välipala Liha-riisipasteija