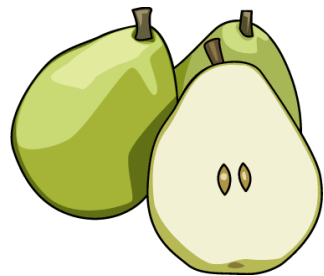
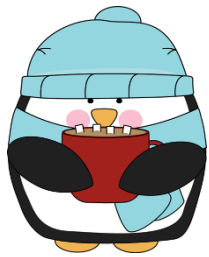


Pvm	Aamupala	Lounas	Välipala
ma 4. tammi	Luomu ruishiutalepuuro LA, M, K Tuoresose	1. Juurestarhan possukastike LA, K 2. Juurestarhan härkäpapukastike LA, K Keitetty peruna Tuoresalaatti tai raaste	Leipä LA, M, K Leikkele talon tapaan Tuorepala talon tapaan
ti 5. tammi	Luomu neljänviljanpuuro LA, M, K Tuorepala talon tapaan	1. Rpeat kalapalat LA, M, K 2. Porkkanapihvit G, LA, M, K Perunasose G, LA, K Sitruunainen kermaviilikastike G, LA, K Tuoresalaatti tai raaste	Mansikkakiisseli G, LA, M, K Leipä LA, M, K
ke 6. tammi	LOPPIAINEN		
to 7. tammi	Luomu ohrahiutalepuuro LA, M, K Tuoresose talon tapaan	1. Jauhelihakeitto G, LA, M, K 2. Bataatti-linssisosekeitto G, LA, M, K Leipä talon tapaan Tuorepala	Leipä talon tapaan M, LA, K Leikkele talon tapaan Tuorepala talon tapaan
pe 8. tammi	Kaakaojuoma Leipä LA, M, K Tuorepaloja	1. Currynmauinen broilerkastike LA, M, K 2. Kasvis-papukastike LA, M, K Keitetty riisi Salaatti talon tapaan	Hedelmäsalaatti G, LA, M, K Leipä LA, M, K



LA: Laktoositon

M: Maidoton

K: Kananmunaton

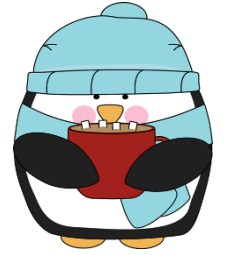
G: Gluteeniton

Kaikilla aterioilla on tarjolla näkkileipää/ruisleipää, kasvirasvaveitettä ja rasvatonta luomumaitoa.

Soveltuvuusmuutokset ovat mahdollisia, tarkista erityisruokavalion soveltuvuus aina toimipisteestä.



Pvm	Aamupala	Lounas	Välipala
ma 11. tammi	Luomu vehnähiutalepuuro LA, M, K Tuoresose	1. Jauhelihakastike LA, M, K 2. Kasvis-papuhöystö LA, M, K Keitetty peruna Tuoresalaatti tai raaste	Murot LA, K Tuorepala
ti 12. tammi	Luomu kaurapuuro LA, M, K Tuorepala	Kasvispyörökät G, M, LA, K Perunasose G, LA, K Tartar-kastike G, LA, K Tuoresalaatti tai raaste	Leipä LA, M, K Juusto Tuorepala
ke 13. tammi	Luomu ruishiutalepuuro LA, M, K Tuoresose	1. Hernekeitto G, LA, M, K 2. Kasvis-hernekeitto G, M, K Leipä LA, M, K Tuorepala	Vaniljainen vispipuuro LA, K
to 14. tammi	Luomu ohrahiutalepuuro LA, M, K Tuoremarjasose G, LA, M, K	1. Broilerkastike LA, K 2. Mifu-currykastike LA, K Keitetty peruna tai riisi Tuoresalaatti tai raaste	Luonnonjogurtti G, LA, K Tuoremarjasose G, LA, M, K Leipä LA, M, K
pe 15. tammi	Kaakaojuoma Leipä LA, M, K Leikkele Tuorepala	1. Tonnikala-pastavuoka LA, K 2. Kasvis-härkis-cappellivuoka LA, K Tuoresalaatti tai raaste	Aprikoosikiisseli G, LA, M, K Leipä LA, M, K



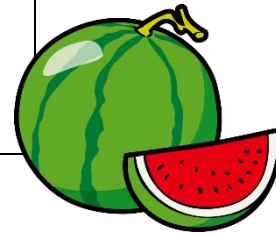
LA: Laktoositon
M: Maidoton
K: Kananmunaton
G: Gluteeniton

Kaikilla aterioilla on tarjolla näkkileipää/ruisleipää, kasvirasvaveitettä ja rasvatonta luomumaitoa.

Soveltuvuusmuutokset ovat mahdollisia, tarkista erityisruokavalion soveltuvuus aina toimipisteestä.



Pvm	Aamupala	Lounas	Välipala
ma 18. tammi	Luomu neljänviljanpuuro LA, M, K Tuoresose	1. Possukastike LA, M, K 2. Keltainen linssikastike LA, K Keitetty peruna Tuoresalaatti tai raaste	Kaurasämpylä LA, M, K Juusto Tuorepala
ti 19. tammi	Luomu ruishiutalepuuro LA, M, K Tuoresose	Päiväkodit: Härkisasagnette LA, K Tuoresalaatti tai raaste Koulut: Ohrasuurimopuuro K Tuoremarjasose G, M, LA, K Leipä LA, M, K Juusto	Kuningatarkiisseli G, LA, M, K Leipä M, LA, K
ke 20. tammi	Vehnähiutalevelli luomuhiutaleista K Leipä LA, M, K Tuorepala	1. Lihapyörykät LA, M, K 2. Falafel-pyörykät M, LA, K Perunasose G, LA, K Tuoresalaatti tai raaste	Vatkattu mansikka- punaherukkapuuro LA, M, K
to 21. tammi	Luomu ohrahiutalepuuro LA, M, K Tuoremarjasose G, M, LA, K	1. Broilerikeitto G, LA, M, K 2. Mifu-kasviskeitto Leipä talon tapaan M, LA, K Tuorepala	Itse leivottu leipä Keitetty kananmuna Tuorepala
pe 22. tammi	Kaakaojuoma Leipä LA, M, K Leikkele talon tapaan Tuorepala	1. Keltainen uunikalavuoka G, LA, K 2. Kasvisgratiini K Keitetty peruna Tuoresalaatti tai raaste	Mangosmoothie G, LA, K Leipä LA, M, K



LA: Laktoositon
M: Maidoton
K: Kananmunaton
G: Gluteeniton
Kaikilla aterioilla on tarjolla näkkileipää/ruisleipää, kasvirasvaveitettä ja rasvatonta luomumaitoa.

Soveltuvuusmuutokset ovat mahdollisia, tarkista erityisruokavalion soveltuvuus aina toimipisteestä.

Pvm	Aamupala	Lounas	Välipala
ma 25. tammi	Luomu ruishiutalepuuro LA, M, K Tuoresose	1. Broilerikastike tahitilaiseen tapaan LA, K 2. Kasvis-linssikastike LA, M, K Keitetty peruna/riisi Tuoresalaatti tai raaste	Hedelmälautanen G, M, LA, K Leipä LA, M, K Juusto
ti 26. tammi	Luomu kaurapuuro LA, M, K Tuoresose	1. Napolinpata LA, M, K 2. Napolin härkispata LA, M, K Tuoresalaatti tai raaste	Leipä talon tapaan tai itse leivottu leipä Keitetty kananmuna Tuorepala
ke 27. tammi	Luomu neljänviljanpuuro LA, M, K Tuoremarjasose G, M, LA, K	1. Sitruunainen lohi-perunavuoka LA, K 2. Eggie-kasviskiusaus LA, G Tuoresalaatti tai raaste	Pannukaku Tuoremarjasose G, LA, M, K
to 28. tammi	Luomu ohrahiutalepuuro LA, M, K Tuoresose talon tapaan	Pinaattikeitto LA, K Kananmuna Leipä LA, M, K Tuorepala	Vatkattu omena-kanelipuuro LA, M, K
pe 29. tammi	Kaakaojuoma Leipä talon tapaan Leikkele Tuorepala	1. Uunimakkara G, LA, K 2. Bataatti-juurespihvit G, LA, M Perunasose G, LA, K Ketsuppi ja sinappi Tuoresalaatti tai raaste	Mustikkakiisseli G, LA, M, K Leipä LA, M, K



LA: Laktoositon

M: Maidoton

K: Kananmunaton

G: Gluteeniton

Kaikilla aterioilla on tarjolla näkkileipää/ruisleipää, kasvirasvavitettä ja rasvatonta luomumaitoa.

Soveltuvuusmuutokset ovat mahdollisia, tarkista erityisruokavalion soveltuvuus aina toimipisteestä.



Pvm	Aamupala	Lounas	Välipala
ma 1. helmi	Luomu ruishiutalepuuro LA, M, K Tuoresose	Härkäpapukastike LA, M, K Keitetty peruna Tuoresalaatti tai raaste	Leipä talon tapaan M, LA, K Leikkele talon tapaan Tuorepala talon tapaan
ti 2. helmi	Luomu kaurapuuro LA, M, K Tuorepala	1. Kalakepukat G, LA, M, K 2. Kasviskepukat G, LA, M, K Perunasose G, LA, K Tilli-kermaviilikastike G, LA, K Tuoresalaatti tai raaste	Vadelmakiisseli G, LA, M, K Leipä LA, M, K
ke 3. helmi	Luomu vehnähiutalepuuro LA, M, K Tuoresose talon tapaan	1. Tomaattinen broilerkastike LA, K 2. Tomaattinen nyhtökaurakastike LA, M, K Keitetty peruna/riisi/ohrahelmilisäke Tuoresalaatti tai raaste	Kaurainen marjaherkku LA, K
to 4. helmi	Puuro talon tapaan Tuoremarjasose G, M, LA, K	1. Makaronilaatikko LA 2. Makaroni-härkislaatikko LA Tuoresalaatti tai raaste	Karjalanpiirakka LA Kananmunarasva G, LA, M Tuorepala
pe 5. helmi	Kaakaojuoma Leipä M, LA, K Juusto Tuorepala	1. Nakkikeitto G, LA, M, K 2. Eggie-kasviskeitto LA, M Leipä M, LA, K Tuorepala	Suklaapuuro K



LA: Laktoositon

M: Maidoton

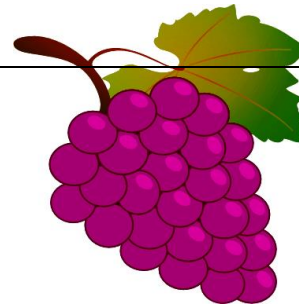
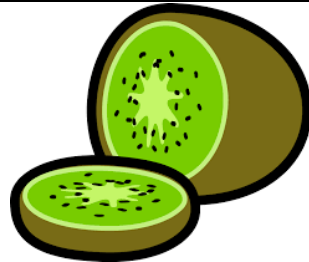
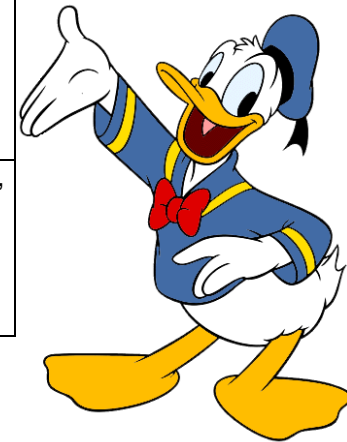
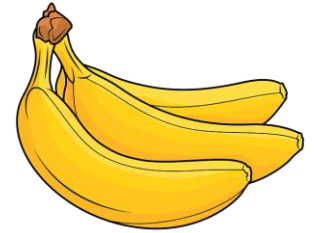
K: Kananmunaton

G: Gluteeniton

Kaikilla aterioilla on tarjolla näkkileipää/ruisleipää, kasvirasvaveitettä ja rasvatonta luomumaitoa.

Soveltuvuusmuutokset ovat mahdollisia, tarkista erityisruokavalion soveltuvuus aina toimipisteestä.

Pvm	Aamupala	Lounas	Välipala
ma 8. helmi	Luomu neljänviljanpuuro LA, M, K Tuoresose	1. Pastakastike LA, M, K 2. Härkis-pastakastike LA, M, K Keitetty peruna/spagetti Ketsuppi Tuoresalaatti tai raaste	Leipä LA, M, K Juusto Tuorepala
ti 9. helmi	Luomu kaurapuuro LA, M, K Tuoresose	1. Herkuttelijan broiler-perunavuoka G, LA, K 2. Paprikainen mifu-kiusaus G, LA, K Tuoresalaatti tai raaste	Mangokiisseli G, LA, M, K Leipä M, LA, K
ke 10. helmi	Ohrahiutalevelli luomuhiutaleista K Leipä LA, M, K Tuorepala	1. Palapaisti LA, M, K 2. Tomaatti-papukastike G, LA, K Keitetty peruna Tuoresalaatti tai raaste	Ohukaiset LA Tuoremarjasose G, LA, M, K
to 11. helmi	Luomu ruishiutalepuuro LA, M, K Tuoresose	1. Kalakeitto G, LA, K 2. Samettinen kookos-kasviskeitto G, M, LA, K Leipä LA, M, K Tuorepala	Itse leivottu leipä Keitetty kananmuna Tuorepala
pe 12. helmi	Kaakaojuoma Leipä talon tapaan M, LA, K Leikkele talon tapaan Tuorepala	Kasvisnuggetit G, LA, M, K Perunasose G, LA, K Tuoresalaatti tai raaste	Vatkattu aprikoosipuuro LA, M, K



LA: Laktoositon
M: Maidoton
K: Kananmunaton
G: Gluteeniton

Kaikilla aterioilla on tarjolla näkkileipää/ruisleipää, kasvirasvaveitettä ja rasvatonta luomumaitoa.

Soveltuvuusmuutokset ovat mahdollisia, tarkista erityisruokavalion soveltuvuus aina toimipisteestä.