

1,8,15,22,29	lounas	kasvisruoka	vegaani	välipala
maanantai	Fetacurrykermakastike L, GL Riisi Raastesalaatti Näkkäri	Kookos	Kookos	Maissihutale L juurespala tai hedelmä
tiistai	Lohikeitto L, GL Leipä tai näkkäri		Papu	Ruisleipä M Juusto L, GL Hedelmä
keskiviikko	Broilerikiusaus L, GL Lämmin kavis Leipä/ näkkäri	Quorn	Linssi	Talon tapaan
torstai	Mexikonpata M, GL Salaatti Leipä M/ näkkäri	Soija	Soija	Hedelmäsalaatti Leipä tai näkkäri
perjantai	Kasvissosekeitto L, GL Raejuusto L, GL Sämpylä M		Linssi	Porkkanaletut L Hedelmä

2,9,16,23,30	lounas	kasvisruoka	vegaani	välipala
maanantai	Hedelmäinen Kookoskanakastike M, GL Riisi Salaatti Riisi Näkkäri	Quorn	Papu	Mysli
tiistai	Makkarakeitto L, GL Leipä/ näkkäri	Kasvisnakki	Kasvisnakki	Sämpylä M Juusto L Hedelmä
keskiviikko	Kalamurekepihvi M, GL Perunamuusi L Tartarkastike L Salaatti Näkkäri		Punajuuripihvi	Riisipiirakka Juusto L Hedelmä
torstai	Pinaattikeitto L, GL Punajuuri Leipä/ näkkäri			Vispipuuro Hedelmä/ juurespala
perjantai	Porokiusaus L, GL Punajuuri Leipä/ näkkäri	Linssi	Linssi	Rahka Hedelmäsose Kauralese Leipä/ näkkäri Hedelmä

3, 10, 17, 24	lounas	kasvisruoka	vegaani	välipala
maanantai	Kasviscurry Veg Riisi Salaatti Näkkäri	Papu	Papu	Sokeroimaton Jugurtti Hedelmä
tiistai	Jauhelihakeitto M, GL Leipä/ näkkäri	Soija	Soija	Riisimurot M Hedelmä/ juurespala
keskiviikko	Palapaisti M, GL Peruna Raastesalaatti Näkkäri		Vegetastu	Riisimurot M Hedelmä/ juurespala
torstai	Kanaugetti M Perunamuusi L Salaatti Näkkäri		Vegenugetti	Pinaattiletut L Hedelmä
perjantai	Tonnikalapastavuoka L Salaatti Leipä/ näkkäri		Linssi	Talon tapaan

4, 11, 18, 25	lounas	kasvisruoka	vegaani	välipala
maanantai	Stoganoff L, GL Riisi Salaatti Näkkäri		Vegetastu	Ohukainen, omenasose
tiistai	Kanakeitto L, GL Leipä/ näkkäri	Tofu	Tofu	Sämpylä M Juusto L Hedelmä
keskiviikko	Lasagnette L Raastesalaatti Leipä M/ näkkäri	Soija	Soija	Hedelmäsalaatti Leipä M/ näkkäri
torstai	Kalastajanpyörykkä M Peruna Salaatti Näkkäri		Kasvispyörykkä	Riisipiirakka L Juusto L Hedelmä
perjantai	Pinaattiohukainen L Perunamuusi L, GL Raastesalaatti Näkkäri			Murot Hedelmä

5, 12, 19, 26	lounas	kasvisruoka	vegaani	välipala
---------------	--------	-------------	---------	----------

maanantai	Paprikainen kookos-M GL Kanakastike Riisi Salaatti Näkkäri	Quorn	Papu	Hapakorppu Juusto L Mustikkakeitto Porkkanatikut
tiistai	Makkarakastike L, GL Peruna Salaatti Näkkäri	Kasvisnäkki		Mysli
keskiviikko	Kolmenkalankeitto L, GL Leipä/ näkkäri/ hedelmä	Tofu	Tofu	Ruisleipä M Juusto L Hedelmä
torstai	Jauhelihakastike M, GL Peruna Raastesalaatti Näkkäri	Soijarouhe	Soijarouhe	Porkkanaletut L Hedelmä
perjantai	Fetapinaattilasagnette L Salaatti Leipä/ hapankorppu/ näkkäri		Linssi	Leipä Kalkkunaleike M Hedelmä/ talon tapaan

6,13,20,27	lounas	kasvisruoka	vegaani	välipala
maanantai	Tomaattinen kanakastike L, GL Riisi Raastesalaatti Näkkäri	Quorn	Papu	Riisipiirakka Juusto Porkkanatikut
tiistai	Makaronilaatikko L Salaatti Leipä/ näkkäri	Soija	Soija	Sokeroimaton Jugurtti L Leipä/ näkkäri
keskiviikko	Kasviskepukka Veg Perunamuusi L Jugurttikastike L Salaatti Näkkäri			Talon tapaan
torstai	Hernekeitto M, GL Näkkäri	Soija	Soija	Pannukakku L Hillo Hedelmä
perjantai	Tonnikalakiusaus L, GL Salaatti		Vihreä papu	Vispipuuro Leipä/ näkkäri/ leipä M Hedelmä

7,14,21,28	lounas	kasvisruoka	vegaani	välipala
maanantai	Chili Sin Carne M, GL Riisi Salaatti Vaalea leipä/ näkkäri		Soijarouhe	Sokeroimaton Jugurtti/ rahka Leipä/ näkkäri Hedelmä
tiistai	Kookoskanakeitto M, GL Leipä/ näkkäri	Mifu	Papu	Sämpylä M Juusto Hedelmä
keskiviikko	Lihapullakastike M, GL Perunat Salaatti Näkkäri	Kasvispyörykkä	Kasvispyörykkä	Mysli/ maissihiutale
torstai	Sitruunainen kalaleike M Perunamuusi L Kermaviilikastike L, GL Raastesalaatti Näkkäri	Punajuuripihvi	Punajuuripihvi	Pinaattiletut L Hedelmä
perjantai	Pyttipannu M, GL Kanamuna Salaatti Leipä M/ näkkäri/ hedelmä	Quorn	Vihreä papu	Hedelmäsalaatti Leipä/ näkkäri