



VIIKKO 1 2	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA
8.1.	Luomu ruishiutalepuuro, LA, M, K Tuorepala	1. Chili con carne, LA, M, K 2. Chili con soya, LA, M, K Perunat / Riisi Amerikka-ananas-kurkkuraaste	Täysjyväsämpylä & Leikkele Tuorepala alle 3 v. velli K
9.1.	Luomu hiutalepuuro, LA, M, K Tuoremarjasurvos	1. Lihaperunaviipale-/- soselaatikko, LA, M, K, G 2. Kasvisrossokiusaus, LA, G, K Porkkanaraaste	Puolukkakiisseli LA, M, K, G Oma leivonta leipä
10.1.	Vehnähiutalevelliä, K luomuhiutaleista Leikkele Tuorepala	1. Nakkikeitto, LA, M, K, G 2. Kasviskeitto soijanakeista, LA, M Tuorepala paprika Kurasämpylä	Karjalanpiirakka LA, Munarasva LA, M, G Tuorepala alle 3 v. velli K
11.1.	Päiväkodinpuuro luomuhiutaleista, LA, M, K Tuorepala	1. Tonnikalapastavuoka, K 2. Kasvispastavuoka, K Marinoitu punakaalisalaatti, LA, M, K, G	Mustikkakiisseli LA, M, K, G Leipä, Sulatejuusto
12.1.	Kaakao, juusto, leipä Tuorepala alle 3 v puuro, LA, M, K	Porkkanapihvit, LA, M, K, G Tartarkastike LA, G, K Perunasose LA, G, K Amerikka-tomaatti- kurkkusalaatti	Ruusunmarja- Omenarahka LA, G, K leipä



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

Kaikilla aterioilla on aina tarjolla näkkileipää, kasvisrasvavitettä, rasvatonta maitoa





VIIKKO 2 3	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA
MA 15.1.	Luomu ruishiutalepuuro LA, M, K Tuorepala	1. Jauhelihakastike LA, M, K 2. Soijarouhekastike LA, M, K Perunat Tuoresalaatti talon tapaan	Perunarieska LA, M, K Leikkele Tuorepala alle 3 v. velli G, K
TI 16.1.	Ohrahiutalevelli K (luomu) Leipä, leikkele Tuorepala	1. Sitruunainen kalaleike LA, M, K 2. Kasvisnugetit LA, M, K, G Peruna ja tillinmakuinen LA, G, K kermaviilikastike / perunasose Juuresraaste	Puuro talon tapaan LA, M, K
KE 17.1.	Luomu kaurapuuro LA, M, K Tuoremarjasose	1. Lasagnette LA, K 2. Pinaattinen kasvispastavuoka LA, K Jenkki-salaatti	Ruusunmarja-banaani kiisseli LA, M, K, G leipä, sulatejuusto
TO 18.1.	Päiväkodinpuuro luomuhiutaleista LA, M, K Tuorepala	1. Lihakeitto LA, M, K, G 2. Italialainen kasviskeitto LA, M, K Luomu vehnäpaakari Hedelmä	Pinaattiohukaiset LA, M Puolukkasurvos alle 3 v. puuro LA, M, K
PE 19.1.	Kaakao Talon leipä, juusto Tuorepala alle 3 v. puuro LA, M, K	TOIVERUOKA PÄIVÄ	TOIVERUOKA VÄLIPALA



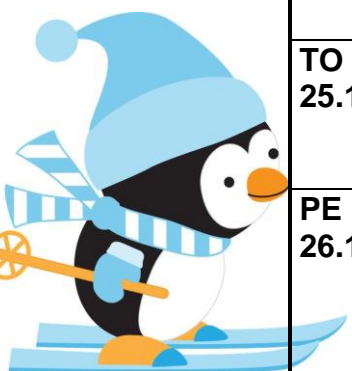
LA: Laktoositon
G: Gluteeniton
M: Maidoton
K: Kananmunaton

Kaikilla aterioilla on aina tarjolla näkkileipää, kasvisrasvavitettä, rasvatonta maitoa





VIIKKO 3 4	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA
MA 22.1.	Luomu vehnähiutale- puuro LA, M, K Tuorepala	1. Nakkikastike LA, M, K 2. Soijanakkikastike LA, M Perunat/ pasta Kaali-persikka- kurkkusalaatti	Jogurtti talon tapaan LA, G, K, ruisleipä
TI 23.1.	Kaakao Talon leipä, juusto Tuorepala alle 3 v. puuro	1. Tortillat, härkiskastikkeella G, LA, M, K 2. PK Härkiskastike, G, LA, M, K Perunat Amerikka-paprika-kurkkusalaatti	Herukkakiisseli LA, M, K, G Sekaleipä
KE 24.1.	Luomu 4- viljanpuuro LA, M, K Tuorepala	1. Lohimureke talon tapaan LA, M, G 2. Kikhernepihvit LA, M, K Sitruunainen kermaviilikastike LA, G, K Perunat/- sose LA, G, K Vihreä valloitus LA, M, K, G	Herkkupuuro LA, M, K
TO 25.1.	Orahiutalevelli K Leikkele, Tuorepala	1. Porkkanasosekeitto Karjalanpiirakka LA, Munarasva LA, M, G Mandariini	Ruisleipä, leikkele Tuorepala alle 3 v. puuro LA, M, K
PE 26.1.	Luomu kaurapuuro LA, M, K Tuoremarjasose	1. Itämainen broilerinuudeliuoka LA, M, K 2. Itämainen kasvisnuudeliuoka LA, M, K Amerikka-kesäkurpitsasalaatti	Persikkakiisseli LA, M, K, G juusto Leipä



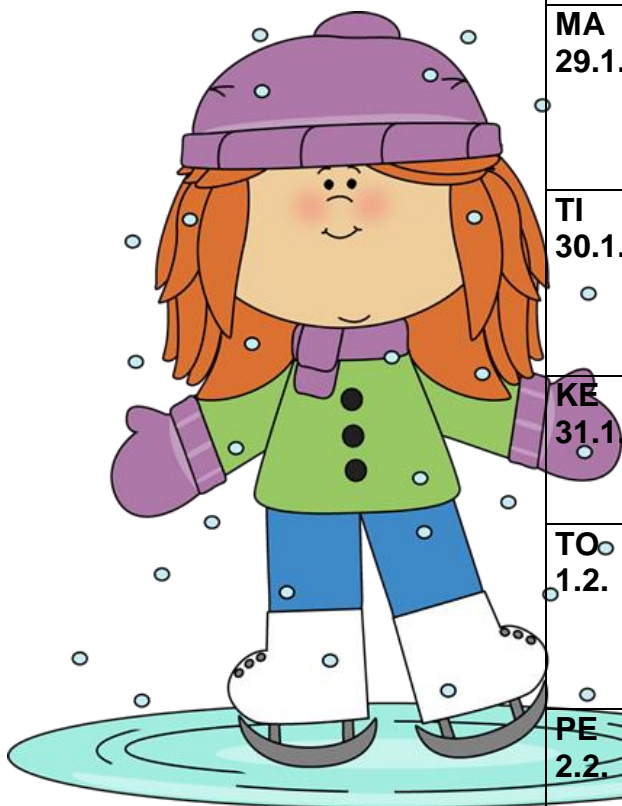
LA: Laktoositon

G: Gluteeniton

M: Maidoton

K: Kananmunaton

Kaikilla aterioilla on aina tarjolla näkkileipää, kasvisrasvavetitettä, rasvatonta maitoa



VIIKKO 4 5	AAMUPALA	VILKAS-VIIKKO LOUNAS	VÄLIPALA
MA 29.1.	Ruishiutalepuuro LA, M, K Tuorepala	1. Lihapyörykkä LA, M, K 2. Kasvispyörykkä LA, M, G Perunat ja Ruskea kastike LA, K tai Perunasose LA, G, K Kaali-kurpitsasalaatti	Rieska, leikkele Tuorepala alle 3 v. velli K
TI 30.1.	Luomu hiutalevelli K, leipä, juusto, tuorepala	1. Kalkkuna-kasviskastike LA, G, K 2. Kasvis-currykastike LA, M, K Perunat / Riisi Amerikka-vesimeloni-kaalisalaatti	Puolukkakiisseli LA, M, K, G leikkele leipä
KE 31.1.	Kaakao Leipä, leikkele Tuorepala alle 3 v. velli LA, M, K	Punajuuri-kookoskeitto LA, M, K, G Ruisruutu, leikkele Hedelmälohkoja	Pizzapala LA, K Tuorepala alle 3 v. velli K
TO 1.2.	Mannapuuro luomusuurimoista Tuoremarjasose	1. Vaalea kalapyörykkä LA, G, K 2. Kasvispapurketit LA, M, K, G Perunasose/perunat LA, G, K Tartarkastike LA, G, K Vihersalaatti talontapaan G, LA, M, K	Oma leivonta Leipä, leikkele, Tuorepala alle 3v Puuro LA, M, K
PE 2.2.	Kauralesepuuro K Tuorepala	Kasviskiusaus LA, G, K Maissisalaatti Koulut: Ohrapuuro K, marjakeitto, ruisleipä, leikkele	Mango-banaani- smoothie LA, K Leipä



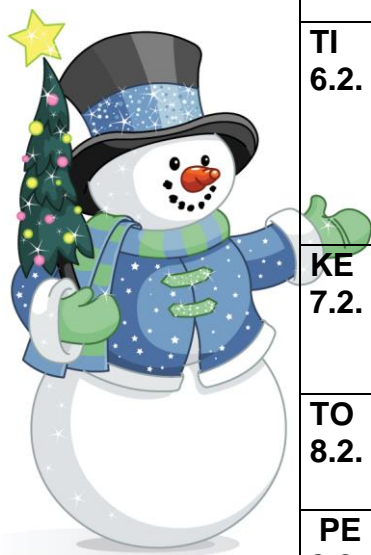
LA: Laktoositon

G: Gluteeniton

M: Maidoton

K: Kananmunaton

Kaikilla aterioilla on aina tarjolla näkkileipää, kasvisrasvavitettä, rasvatonta maitoa



VIKKO 5 kv. 6	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA
MA 5.2.	Luomu ruishiutalepuuro LA, M, K Tuorepala	1. Broilerikeitto LA, M, K, G 2. Kasvisseljanka soijasta LA, M, K, G Ruisrouhelimppu Tuorepala	Ohukaiset LA Tuoremarjasose alle 3 v. velli K
TI 6.2.	Talonpuuro luomuhiutaleista/ suurimoista LA, M, K Tuorepala	1. Lihamureke LA, M, K, G 2. Punajuurihiivit LA, M, K, G Perunasose LA, G, K tai Perunat ja Ruskeakastike LA, M, K Amerikka-tomaattisalaatti	Mustaherukka-kiisseli LA, M, K, G Leipä
KE 7.2.	Kaakao, ruisleipä, leikkele, tuorepala, Alle 3v. puuro LA, M, K	1. Palapaisti LA, M, K 2. Soijasuikale kastike LA, M, K Perunat Juuresraaste	Jogurtti talon tapaan LA, G, K Leipä
TO 8.2.	Luomu kaurapuuro LA, M, K Tuoresose	TOIVERUOKAPÄIVÄ	TOIVERUOKA VÄLIPALA
PE 9.2.	Luomu mannavelli K leipä, leikkele tuorepala	1. Siikapihvit, LA, M, K, G 2. Bataatti-juurespihvit LA, M, G Perunasose LA, G, K, Kermaviilikastike LA, G, K Kaali-amerikka-herne- retiisisalaatti	Maitokiisseli G, K tuoremarjasose leipä

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

Kaikilla aterioilla on aina tarjolla näkkileipää, kasvisrasvavitettä, rasvatonta maitoa



VIIKKO 6 7	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA
MA 12.2.	Luomu hiutalepuuro LA, M, K Tuorepala	1. Broilerkastike LA, K 2. Kasvis-papukastike LA, M, K Perunat / riisi Kaali-herukkasalaatti	Murot, ruisleipä Hedelmäpaloja alle 3 v. puuro LA, M, K
TI 13.2.	Luomu kaurapuuro LA, M, K Tuoremarjasose	1. Hernekeitto G, M, K 2. Kasvis-hernekeitto G, M, K Luomu ruispaakari Pulla Tuorepala porkkana	Vaniljainen vispipuuro LA, K Luomusuurimoista
KE 14.2.	Kaakao Leipä, leikkele Tuorepala alle 3 v. velli K	1. Murekepihvi talon tapaan LA, M,G 2. Juurespihvit LA, M, K, G Perunasose LA, G, K Amerikka-paprikasalaatti	Vadelmakiisseli LA, M, K, G leipä, sulatejuusto
TO 15.2.	Luomu 4- viljanpuuro LA, M, K Tuorepala	1. Kermanen possukastike LA, K 2. Kasvis-papuhöystö LA, M, K Perunat Porkkanaraaste	Ruisleipä, leikkele Tuorepala alle 3 v. puuro K
PE 16.2.	Vehnävelli (luomu) K leipä, leikkele, tuorepala	1. Merimiesvuoka LA, M, K, G 2. Kasvissoijakiusaus G, LA, K Kurkkuinen salaatti	Omenakurpitsakiisseli, LA, M, K, G Leipä



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

Kaikilla aterioilla on aina tarjolla näkkileipää, kasvisrasvavitettä, rasvatonta maitoa