

Ateria	Vko 1/ ma	ti	ke	to	pe
Aamupala	kaurapuuro(M)marjasose tuorekurkkuviipale, kevyt balkan pehmeä leipä Hedelmät	Ruishiutalepuuro(M)mehukeitto polarjuusto vesimeloniviipale pehmeä leipä Hedelmät	4-viljanpuuro(M)mehukeitto kananmuna salaatinlehti pehmeä leipä Hedelmät	Vehnähiutalepuuro(M)hedelmäso se, tuorekurkkuviipale pehmeä leipä Hedelmät	Ruishiutalepuuro(M) appelsiinihloko pehmeä leipä Hedelmät
Lounas	Jauhelihakastike pasta jäävuori-tuorekurkku- persikkasalaatti ketsuppi,pehmeä leipä	Kananugetit kermaperunat jäävuori-tomaattisalaatti pehmeä leipä	Uunimakkara,perunasose porkkanaraaste (syksy) jäävuori-tuorekurkku-persikkasalaatti (kevät) sinappi, ketsuppi kurkkusalaatti pehmeä leipä	Riisipuuro kanelisokeri saunapalvileikkele pehmeä leipä	Kirjolohivuoka kaali-kesäkurpitsa- ananassalaatti punajuurikuutio pehmeä leipä
Välipala	Ananaskiisseli edamjuusto,tomaattiviipale pehmeä leipä	Hedelmämouse, pehmeä leipä paprikasuikale	Marjat (suomi),vaniljakastike pehmeä leipä tomaatti	Aprikoosivippiuuro omenalohko pehmeä leipä	Jogurtti ,kevyt balkan kurkkupalkki pehmeä leipä

2026: 39, 44, 49

Ateria	Vko 2 /ma	ti	ke	to	pe
Aamupala	kaurapuuro(M)marjasose tuorekurkkuviipale pehmeä leipä,kevyt oltermanni Hedelmät	Ruishiutalepuuro(M)mehukeitto vesimeloniviipale pehmeä leipä Hedelmät	4-viljanpuuro(M)mehukeitto kananmuna,salaatinlehti pehmeä leipä Hedelmät	Vehnähiutalepuuro(M)hedelmäso se tuorekurkkuviipale pehmeä leipä,Hedelmät	Ruishiutalepuuro(M)mehukeitto appelsiinihloko kevyt balkan pehmeä leipä,Hedelmät
Lounas	Broilerikastike,riisi jäävuori-kaali-persikkasalaatti mustaherukkahillo pehmeä leipä	Tonnikalapasta kiinankaali-melonisalaatti punajuurikuutio pehmeä leipä	Jauhelihapihvi,perunasose punakaali-kesäkurpitsa-kartanoherkkusalaatti sinappi, ketsuppi pehmeä leipä	Hernekeitto Edam juusto 17 % tuorekurkkuviipale ohrarieskanen,sinappi	Palapaisti,perunat vihannesmixjää-punafrisee- omena-kurpitsasalaatti pehmeä leipä
Välipala	Ruusunmarjakiisseli pehmeä leipä edamjuusto 17 % meloni	Aprikoosikiisseli pehmeä leipäkevyt balkan paprikasuikale	Marjarahka pehmeä leipä appelsiinihloko	Pannari ja mansikkahillo , näkkileipä tomaattiviipale	mustikkatäytepirtelö pehmeä leipä paprikasuikale

2026:40, 45, 50

Ateria	Vko 3 /ma	ti	ke	to	pe
Aamupala	kaurapuuro(M)marjasose tuorekurkkuviipale pehmeä leipä Hedelmät	Ruishiutalepuuro(M)mehukeitto polarjuusto vesimeloniviipale pehmeä leipä,Hedelmät	4-viljanpuuro(M)mehukeitto kananmuna salaatinlehti pehmeä leipä,Hedelmät	Vehnähiutalepuuro(M) hedelmäsose tuorekurkkuviipale pehmeä leipä,Hedelmät	Ruishiutalepuuro(M)mehukeitto appelsiinihloko kinkkuleikkele pehmeä leipä
Lounas	Mifupasta salaattisekoitus- hunaja- cantaloupemelonisalaatti raejuusto pehmeä leipä	Kalapyörkät perunasose jäävuori-kurkku-maissisalaatti punajuurikuutio pehmeä leipä	Nakkikastike perunat lämmin kasvis jää-punafrisee-omena-kurpitsasalaatti pehmeä leipä	Aurinkoinen broilerikeitto oltermanni 17 % paprikasuikale pehmeä leipä	Makaronilaatikko kaali-kurkku-ananassalaatti ketsuppi pehmeä leipä
Välipala	Mangokiisseli pehmeä leipä kurkkuviipale	Hedelmäinen piimävanukas pehmeä leipä tomaatti	Mansikkavippiuuro kevyt balkan pehmeä leipä viinirypäle	Jogurtti 1% pehmeä leipä porkkanapalkki (syksy) kurkkupalkki (kevät)	Banaani pehmeä leipä, kevyt oltermanni Paprikasuikale

Ateria	Vko 4 / ma	ti	ke	to	pe
Aamupala	kaurapuuro(M)marjasose tuorekurkkuviipale maksapasteija Pehmeä leipä,Hedelmät	Ruishiutalepuuro(M)mehukeitto polarjuusto vesimeloniviipale Pehmeä leipä,Hedelmät	4-viljanpuuro(M)mehukeitto kananmuna salaatinlehti Pehmeä leipä,Hedelmät	Vehnähiutalepuuro(M) hedelmäsose tuorekurkkuviipale Pehmeä leipä,Hedelmät	Ruishiutalepuuro(M)mehukeitto appelsiinihloko pehmeä leipä Hedelmät
Lounas	Kalkkunakastike,riisi salaattimix-kurkku-ananas-salaatti mustaherukkahillo Pehmeä leipä	Jauhelihakeitto polarjuusto 15 % omena Pehmeä leipä	Kalakuviot,perunasose tillikermaviilikastike jäävuori-punafrisee-kesäkurpitsa-salaatti punajuurikuutio Pehmeä leipä	Ohrasuurimopuuro Mehukeitto keittokinkku viipale paprikasuikale Pehmeä leipä	Lasagnette kaali-jäävuori-mandariinisalaatti ketsuppi Pehmeä leipä
Välipala	Hedelmäkiisseli Pehmeä leipä paprikasuikale	Ananas-passionhedelmä- mousse Pehmeä leipä paprikasuikale	Marjakiisseli keittokinkku viipale Pehmeä leipä paprikasuikale	Mustaherukkavisipuuuro Pehmeä leipä polarjuusto lanttutikku	Jogurtti rasvaa 1 %, sokeria alle 10g Pehmeä leipä viinirypäle

2026:37,42, 47 ,52

Ateria	Vko 5 / ma	ti	ke	to	pe
Aamupala	kaurapuuro(M)marjasose tuorekurkkuviipale Pehmeä leipä Hedelmät	Ruishiutalepuuro(M)mehukeitto polarjuusto vesimeloniviipale Pehmeä leipä,Hedelmät	4-viljanpuuro(M)mehukeitto kananmuna salaatinlehti pehmeä leipä,Hedelmät	Vehnähiutalepuuro(M) hedelmäsose tuorekurkkuviipale Pehmeä leipä,Hedelmät	Ruishiutalepuuro(M)mehukeitto appelsiinihloko kaiserwursti Pehmeä leipä,Hedelmät
Lounas	Kebabkastike Riisi vihreäsalaatti-retiisi-ananas- salaatti Pehmeä leipä	Pinaattiohukaiset perunasose jäävuori-punafrisee-paprikakuutio- mango-salaatti puolukka raejuusto Pehmeä leipä	Lohikeitto yläkypsäinkinkku viipale tuorepala Pehmeä leipä	Lihapyörykät perunat kastike salaattimix-tomaatti- kurkkusalaatti Pehmeä leipä	Broilerpastavuoka rapea suikale-vesimelonisalaatti Pehmeä leipä
Välipala	Päärynäkiisseli Pehmeä leipä edamjuusto 17 % kurkkuviipale	Vadelmavisipuuuro kinkkuleikkele tomaattiviipale Pehmeä leipä	Makuviili(Viilis) paprikasuikale Pehmeä leipä	Hedelmäsmoothie viinirypäleet pehmeä leipä	Riisipiirakka munavoi omenalohko

Lisäksi aterioilla tarjolla näkkileipää, rasvaton maito/piimä, margariini

Keskuskeittiö Ester 040-6533271/ erityisruokavaliot 040-6533715