

## KIPINÄ LOUNAS KEVÄT 2026

| VKO                 | MAANANTAI                                                                                                                                               | TIISTAI                                                                                                                                    | KESKIVIikko                                                                                                             | TORSTAI                                                                                                                        | PERJANTAI                                                                                                                     |
|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 3<br>8<br>13<br>18  | Jauhelihakastike<br>Perunat<br>Keitetty kasvis<br>Jäävuori-kurkku-persikkasalaatti<br>Ketsuppi<br><br>Ananaskiisseli                                    | Uunimakkara<br>Perunasose<br><br>Kaali-rapea-melonisalaatti<br>Sinappi ja ketsuppi<br>Kurkkusalaatti<br><br>Vadelmavanukas                 | Kanapyörkät<br>Peruna<br>Kastike<br><br>Jäävuori-punafrisee-tomaattisalaatti<br><br>Marjat ja vaniljakastike            | Maksalaatikko<br>Perunat ja voisulakastike<br><br>Puolukkasose<br>Jäävuori-kurkku-tomaattisalaatti<br><br>Aprikoosivispipuuro  | Kirjolohivuoka<br>Keitetty kasvis<br><br>Kaali-kesäkurpitsa-ananassalaatti<br>Punajuurikuutiot<br><br>Mansikkakiisseli        |
| 4<br>9<br>14<br>19  | Jauhelihapihvi<br>Perunat ja kastike<br>Keitetty kasvis<br>Punakaali-kesäkurpitsa-kartanoherkkusalaatti<br>Sinappi ja ketsuppi<br><br>Raparperikiisseli | Hernekeitto<br><br>Edamjuusto<br>Tuorekurkkuviipale<br>Sinappi<br>Rieska<br><br>Pannari ja mansikkahillo                                   | Broilerikastike<br>Perunat<br>Keitetty kasvis<br>Jäävuori-kaali-persikkasalaatti<br>Mustaherukkahillo<br><br>Marjarahka | Tonnikalapastavuoka<br><br>Jäävuori-punafrisee-tomaattisalaatti<br><br>Aprikoosikiisseli                                       | Palapaisti<br>Perunat<br>keitetty kasvis<br><br>Vihreäsalaatti-kurkkukuutio-<br>mandariinisalaatti<br><br>Ruusunmarjakiisseli |
| 5<br>10<br>15<br>20 | Aurinkoinen Broilerikeitto<br><br>Oltermannijuusto<br>Paprikasuikaleet<br><br>Mangokiisseli                                                             | Kalapyörkät<br>Perunasose<br>Keitetty kasvis<br><br>Jäävuori-kurkku-maissisalaatti<br><br>Omenapäärynäkiisseli                             | Kasvisseikeitto<br><br>Kananmuna<br>Riisipiirakka<br>Tuorekurkku viipaleet<br><br>Mansikkavispipuuro                    | Makkarakastike<br>Perunat<br><br>Jäävuori-punafrisee-omena-<br>kurpitsasalaatti<br>Punajuurikuutiot<br><br>Sekahedelmäkiisseli | Makaronilaatikko<br>Keitetty kasvis<br><br>Kaali-kurkku-ananassalaatti<br>Ketsuppi<br><br>Hedelmäinen vanukas                 |
| 6<br>11<br>16<br>21 | Jauhelihakeitto<br><br>Edamjuusto<br>Tomaatti<br><br>Marjakiisseli                                                                                      | Kalakuviot<br>Perunat ja Maitokastike<br><br>Jäävuori-punafrisee-<br>kesäkurpitsasalaatti<br>Punajuurikuutio<br><br>Mangokiisseli          | Porsaanlihakasviskeitto<br><br>Balkanleike<br>Paprikasuikale<br>Suolakurkkuviipaleet<br><br>Ohukaiset ja hillo          | Kalkkunakastike<br>Riisi<br><br>Salaattimix-kurkku-ananassalaatti<br>Mustaherukkahillo<br><br>Musikkavanukas                   | Lasagnette<br>Keitetty kasvis<br><br>Kaali-jäävuori-mandariinisalaatti<br>Ketsuppi<br><br>Hedelmäkiisseli                     |
| 7<br>12<br>17<br>22 | Nakkikastike<br>Perunat<br>Keitetty kasvis<br><br>Vihreäsalaatti-retiisi-ananassalaatti<br><br>Päärynäkiisseli                                          | Lindströminpihvit<br>Perunasose<br>Kastike<br>Jäävuori-punafrisee-paprika-<br>mangokuutiosalaatti<br>Puolukkasose<br><br>Aprikoosikiisseli | Lohikeitto<br><br>Saunapalvileikkele<br>Tomaattiviipaleet<br><br>Vadelmavispipuuro                                      | Lihapyörkät<br>Perunat<br>Kastike<br><br>Salaattimix-tomaatti-<br>kurkkukuutiosalaatti<br><br>Hedelmäsmoothie                  | Broileripastavuoka<br>Keitetty kasvis<br><br>Rapea-vesimelonisalaatti<br><br>Kuningatarkiisseli                               |

Ateriaan kuuluu aina: kevyt maito / rasvaton maito / rasvaton piimä, vesi, leipä, rasva ja erikoisruokavalionmukainen juoma: Kauramaito / soijamaito.

Muutokset mahdollisia ruokalistalla!