

Viikko 3

Maanantai 12.1.2026	Tiistai 13.1.2026	Keskiviikko 14.1.2026	Torstai 15.1.2026	Perjantai 16.1.2026
Aamupala Koulu Kaurapuuro <i>L, M, Veg, S, K</i> Banaani <i>G, L, M, Veg</i> Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä	Aamupala Koulu Ohrapuuro <i>L, M</i> Mustikka mehukeitto Tomaatti <i>G, L, M, Veg</i> Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä	Aamupala Koulu 4-viljan puuro <i>L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin</i> Mandariini Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä	Aamupala Koulu Vehnähiutalepuuro <i>L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin</i> Juusto, Edam 17% <i>G, L, Voi Hyvin</i> Kurkku <i>G, L, M, Veg</i> Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä	Aamupala Koulu Ruispuuro <i>L, M</i> Hedelmä, kausi xTäysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä
Lounas Koulu Tonnikala-pastavuoka <i>L, S, K, Voi Hyvin</i> Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä	Lounas Koulu Jauhelihakeitto <i>G, L, M, S, K, Voi Hyvin</i> Juusto, Edam 17% <i>G, L, Voi Hyvin</i> Kurkku <i>G, L, M, Veg</i> Hedelmä, kausi Pieni ruisruutu Maito, margariini, näkkileipä	Lounas Koulu Kebabkiusaus <i>G, L, S, K, Voi Hyvin</i> Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä Puolukkasurvos <i>G, L, M, Veg</i>	Lounas Koulu Broileri-kasviskastike <i>G, L, S, K, Voi Hyvin</i> Höyrytetty täysjyväriisi <i>G, L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin</i> Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä	Lounas Koulu Lihapyörykkä <i>L, M, S, K</i> Kermainen ruskeakastike <i>G, L, S, K</i> Keitettyjä perunoita <i>G, L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin</i> Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä
Lounas II Tofu-kormakastike Höyrytetty täysjyväriisi <i>G, L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin</i>	Lounas II Juustoinen kasvisseikeitto <i>G, L, S, K, Voi Hyvin</i>	Lounas II Porkkanaohukainen Pinaattiohukainen <i>L</i> Perunamuusi <i>G, L, S, K</i>	Lounas II Soijalasagnette <i>L, S, K, Voi Hyvin</i>	Lounas II Välimeren kasviskiusaus <i>G, L, S, K, Voi Hyvin</i>
Lisäkesalaatti Jäävuorisalaatti <i>G, L, M, Veg</i> Kasvis, kausi 1 Maissi <i>G, L, M, Veg</i> Salaatinkastike <i>G, L, M</i>	Välipala Puolukka-mannavaahto <i>L, Veg, S, K</i> Kurkku <i>G, L, M, Veg</i> Täysjyväviipaleet Maito, margariini, näkkileipä	Lisäkesalaatti Jäävuorisalaatti <i>G, L, M, Veg</i> Kasvis, kausi 1 Ananas <i>G, L, M, Veg</i> Salaatinkastike <i>G, L, M</i>	Lisäkesalaatti xKiinankaali Kasvis, kausi 2 Kurpitsapikkelsi Salaatinkastike <i>G, L, M</i>	Lisäkesalaatti Jäävuorisalaatti <i>G, L, M, Veg</i> Kasvis, kausi 1 Kesäkurpitsa <i>G, L, M, Veg</i> Maito, margariini, leipä Salaatinkastike <i>G, L, M</i>
Välipala Vadelmakiisseli <i>G, M, Veg, Voi Hyvin</i> Tomaatti <i>G, L, M, Veg</i> Täysjyväviipaleet Maito, margariini, näkkileipä		Välipala PunaherukkasMOOTHIE <i>G, L</i> Paprika, punainen <i>G, L, M, Veg</i> Täysjyväviipaleet Maito, margariini, näkkileipä	Välipala Mandariinirahka <i>G, L, S, K</i> Tomaatti <i>G, L, M, Veg</i> Täysjyväviipaleet Maito, margariini, näkkileipä	Välipala Pieni ruisruutu Kurkku <i>G, L, M, Veg</i> Palvikinkku <i>G, L, M, Voi Hyvin</i> Maito, margariini, näkkileipä

Viikko 4

Maanantai 19.1.2026	Tiistai 20.1.2026	Keskiviikko 21.1.2026	Torstai 22.1.2026	Perjantai 23.1.2026
Aamupala Koulu Vehnähiutalepuuro <i>L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin</i> Hedelmä, kausi Täysjyväviipaleet Maito, margariini, näkkileipä	Aamupala koulu Ruis-ohrapuuro <i>L</i> Mehukeitto <i>G, L, M</i> Täysjyväviipaleet Maito, margariini, näkkileipä	Aamupala koulu Kaurapuuro <i>L, M, Veg, S, K</i> Kurkku <i>G, L, M, Veg</i> Maito, margariini, näkkileipä Täysjyväviipaleet	Aamupala koulu Ohrahiutalepuuro <i>L, M, Veg, Voi Hyvin</i> Banaani <i>G, L, M, Veg</i> Täysjyväviipaleet Maito, margariini, näkkileipä	Aamupala koulu Ruispuuro <i>L, M</i> Hedelmä, kausi Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä
Lounas Koulu Jauhelihakastike <i>G, L, M, S, K, Voi Hyvin</i> Keitettyjä perunoita Maito, margariini, näkkileipä Täysjyväviipaleet, tuore	Lounas koulu Mannapuuro <i>L, S, K</i> Mehukeitto <i>G, L, M</i> Broiler, palvileikkele <i>G, L, M, Voi Hyvin</i> Tomaatti <i>G, L, M, Veg</i> Täysjyväviipaleet Maito, margariini, näkkileipä	Lounas koulu Broileria tomaattikastikkeessa <i>G, L, M, S, K, Voi Hyvin</i> Höyrytetty täysjyväriisi <i>G, L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin</i> Maito, margariini, näkkileipä Täysjyväviipaleet	Lounas koulu Lohikeitto <i>G, L, Voi Hyvin</i> Juusto, Edam 17% <i>G, L, Voi Hyvin</i> Kurkku <i>G, L, M, Veg</i> Hedelmä, kausi Ruisleipä, ruispala Maito, margariini, näkkileipä	Lounas Koulu Nakki-perunasoselaatikko <i>G, L, K</i> Täysjyväviipaleet Maito, margariini, näkkileipä
Lounas II Seitan-pastavuoka <i>L, S, K, Voi Hyvin</i>	Lounas II Tofu-currykastiketta <i>G, L, M, Veg, S, K</i> Keitettyjä perunoita <i>G, L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin</i>	Lounas II Välimeren kasviskiusaus <i>G, L, S, K, Voi Hyvin</i>	Lounas II Linssikeitto <i>G, L, M, Veg, Voi Hyvin</i>	Lounas II Chili con verdura <i>G, L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin</i> Höyrytetty täysjyväriisi <i>G, L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin</i>
Lisäkesalaatti Jäävuorisalaatti <i>G, L, M, Veg</i> Kasvis, kausi 1 Maissi <i>G, L, M, Veg</i> Salaatinkastike <i>G, L, M</i>	Lisäkesalaatti Jäävuorisalaatti <i>G, L, M, Veg</i> Kasvis, kausi 2 Salaatinkastike <i>G, L, M</i>	Lisäkesalaatti Jäävuorisalaatti <i>G, L, M, Veg</i> Kasvis, kausi 1 Punajuuret Salaatinkastike <i>G, L, M</i>	Välipala Mangorahka <i>G, L</i> Kurkku <i>G, L, M, Veg</i> Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä	Lisäkesalaatti Kaaliraaste Kasvis, kausi 1 Mandariini <i>G, L, M, Veg</i> Salaatinkastike <i>G, L, M</i>
Välipala Mansikkakiisseli <i>G, L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin</i> Porkkana, kuorittu, tuore Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä	Välipala Grahamlihapiiirakka <i>L</i> Kurkku <i>G, L, M, Veg</i> Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä	Välipala Puolukkavispipuuro Tomaatti <i>G, L, M, Veg</i> Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä		Välipala Ruisleipä Palvikinkku <i>G, L, M, Voi Hyvin</i> Tomaatti <i>G, L, M, Veg</i> Maito, margariini, näkkileipä Täysjyväviipaleet, tuore

Viikko 5

Maanantai 26.1.2026	Tiistai 27.1.2026	Keskiviikko 28.1.2026	Torstai 29.1.2026	Perjantai 30.1.2026
Aamupala koulu Vehnähiutalepuuro <i>L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin</i> Hedelmä, kausi Juusto, Edam 17% <i>G, L, Voi Hyvin</i> Täysjyväviipaleet, tuore	Aamupala koulu Kaurapuuro <i>L, M, Veg, S, K</i> Banaani <i>G, L, M, Veg</i> Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä	Aamupala koulu Ohrahiutalepuuro <i>L, M, Veg, Voi Hyvin</i> Mustikka mehukeitto Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä	Aamupala koulu 4-viljan puuro <i>L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin</i> Paprika <i>G, L, M, Veg</i> Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä	Aamupala koulu Ruishiutalepuuro <i>L, M, Veg</i> Hedelmä, kausi Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä
Lounas koulu Kanapastavuoka <i>G, L, S, K, Voi Hyvin</i> Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä	Lounas koulu Nakkistoganoff <i>G, L, M, S, K</i> Keitettyjä perunoita <i>G, L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin</i> Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä	Lounas koulu Lohikiusaus <i>G, L, S, K, Voi Hyvin</i> Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä	Lounas koulu Lihakeitto <i>G, L, M, Voi Hyvin</i> Kananmuna puolikas <i>G, L, M</i> Kurkku <i>G, L, M, Veg</i> Hedelmä, kausi Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä	Lounas koulu Bolognese <i>G, L, M, Voi Hyvin</i> Täysjyväpasta <i>L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin</i> Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä
Lounas II Porkkana-kasvispyörykkä <i>G, L, M, Veg, Voi Hyvin</i> Tilli-kermaviilikastike <i>G, L, S, K</i> Keitettyjä perunoita <i>G, L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin</i>	Lounas II Metsäsienikiusaus <i>G, L</i>	Lounas II Hernerouhebolognese <i>G, L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin</i> Täysjyväpasta <i>L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin</i>	Lounas II Pinaattikeitto, oma <i>L, S, K, Voi Hyvin</i>	Lounas II Kasviskiusaus <i>G, L, S, K, Voi Hyvin</i> Maito, margariini, näkkileipä
Lisäkesalaatti xKiinankaali Kasvis, kausi 2 Tomaatti <i>G, L, M, Veg</i> Salaatinkastike <i>G, L, M</i>	Lisäkesalaatti Jäävuorisalaatti <i>G, L, M, Veg</i> Kasvis, kausi 1 Kurkku <i>G, L, M, Veg</i> Salaatinkastike <i>G, L, M</i>	Lisäkesalaatti Jäävuorisalaatti <i>G, L, M, Veg</i> Kasvis, kausi 1 Punajuurikuutio Salaatinkastike <i>G, L, M</i>	Lisäkesalaatti Välipala Pannukakku <i>L, S</i> Aimo Vadelmahillo Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä	Lisäkesalaatti Jäävuorisalaatti <i>G, L, M, Veg</i> Kasvis, kausi 2 Kurkku <i>G, L, M, Veg</i> Salaatinkastike <i>G, L, M</i>
Välipala Persikkajogurtti <i>G, L</i> Porkkana, kuorittu, tuore Täysjyväviipaleet, maito, margariini, näkkileipä	Välipala Riisipiirakka <i>L</i> Palvikinkku viipale Tomaatti <i>G, L, M, Veg</i> Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä	Välipala Vadelmakiisseli <i>G, M, Veg, Voi Hyvin</i> Kurkku <i>G, L, M, Veg</i> Maito, margariini, näkkileipä Täysjyväviipaleet, tuore	Välipala Rieska Tomaatti <i>G, L, M, Veg</i> Juusto, Edam 17% Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä	

Viikko 6

Maanantai 2.2.2026	Tiistai 3.2.2026	Keskiviikko 4.2.2026	Torstai 5.2.2026	Perjantai 6.2.2026
Aamupala 4-viljan puuro <i>L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin</i> Tomaatti <i>G, L, M, Veg</i> Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä	Aamupala Koulu Kaurapuuro <i>L, M, Veg, S, K</i> Banaani <i>G, L, M, Veg</i> Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä	Aamupala koulu Vehnähiutalepuuro <i>L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin</i> Hedelmä, kausi Palvikinkku <i>G, L, M, Voi Hyvin</i> Täysjyväviipaleet, tuore	Aamupala koulu Kurkku <i>G, L, M, Veg</i> Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä	Aamupala koulu Vehnäpuuro <i>L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin</i> Hedelmä, kausi Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä
Lounas Koulu Kinkkukiusaus <i>G, L, Voi Hyvin</i> Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä	Lounas koulu Broileri-currykastike <i>G, L, S, K, Voi Hyvin</i> Höyrytetty täysjyväriisi <i>G, L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin</i> Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä	Lounas koulu Jauhelihalasagnette <i>L, S, K, Voi Hyvin</i> Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä	Lounas koulu Hernekeittoa <i>G, L, M</i> Juusto, Edam 17% <i>G, L, Voi Hyvin</i> Tomaatti <i>G, L, M, Veg</i> Hedelmä, kausi Rieska Maito, margariini, näkkileipä	Lounas koulu Kalapuikko Keitettyjä perunoita <i>G, L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin</i> Kurkku-kermaviilikastike <i>G, L, S, K</i> Täysjyväviipaleet Maito, margariini, näkkileipä
Lounas II Kasvispuikko <i>L, M, Veg, S, K</i> Tilli-kermaviilikastike <i>G, L, S, K</i> Keitettyjä perunoita <i>G, L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin</i>	Lounas II Vegelasagne <i>L</i>	Lounas II Mifu-kasviskorma <i>G, L</i> Höyrytetty täysjyväriisi <i>G, L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin</i>	Lounas II Linssiosekeitto <i>G, L</i>	Lounas II Kasviskiusaus <i>G, L, S, K, Voi Hyvin</i>
Lisäkesalaatti Jäävuorisalaatti <i>G, L, M, Veg</i> Kasvis, kausi 1 Punajuuri Salaatinkastike <i>G, L, M</i>	Lisäkesalaatti Jäävuorisalaatti <i>G, L, M, Veg</i> Kasvis, kausi 2 Ananas Salaatinkastike <i>G, L, M</i>	Lisäkesalaatti Jäävuorisalaatti <i>G, L, M, Veg</i> Kasvis, kausi 1 Vesimeloni Salaatinkastike <i>G, L, M</i>	Välipala Jogurtti, banaani, laktoositon, 1kg Paprika, punainen <i>G, L, M, Veg</i> Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä	Lisäkesalaatti Jäävuorisalaatti <i>G, L, M, Veg</i> Kasvis, kausi 1 Mandariini <i>G, L, M, Veg</i> Salaatinkastike <i>G, L, M</i>
Välipala Hedelmäsalaatti <i>G, L, M, Veg</i> Kurkku <i>G, L, M, Veg</i> Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä	Välipala Kuningatarkiisseli <i>G, L, M, Veg, Voi Hyvin</i> Tomaatti <i>G, L, M, Veg</i> Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä	Välipala Vadelmavispipuuro <i>L, M, Veg</i> Kurkku <i>G, L, M, Veg</i> Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä	Välipala Rieska Palvikinkku <i>G, L, M, Voi Hyvin</i> Kurkku <i>G, L, M, Veg</i> Täysjyväviipaleet Maito, margariini, näkkileipä	

Viikko 7

Maanantai 9.2.2026	Tiistai 10.2.2026	Keskiviikko 11.2.2026	Torstai 12.2.2026	Perjantai 13.2.2026
Aamupala koulu Vehnäpuuro <i>L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin</i> Juusto, Edam 17%, viipale, 1kg <i>G, L</i> Tomaatti <i>G, L, M, Veg</i> Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä Lounas Koulu Liha-makaronilaatikko <i>L, S, Voi Hyvin</i> Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä Lounas II Pinaatti-raejuustonappeja Tilli-kermaviilikastike <i>G, L, S, K</i> Keitettyjä perunoita <i>G, L, M, Veg, S, K,</i> Lisäkesalaatti Kiinankaali Kasvis, kausi 2 Kurkku <i>G, L, M, Veg</i> Maito, margariini, leipä Salaatinkastike <i>G, L, M</i> Välipala Omenakiisseli Tomaatti <i>G, L, M, Veg</i> Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä	Aamupala Koulu 4-viljan puuro <i>L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin</i> Hedelmä, kausi Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä Lounas Koulu Kanakeitto <i>G, L, S, K, Voi Hyvin</i> Maustekurkku Juusto, Edam 17% <i>G, L, Voi Hyvin</i> Hedelmä, kausi Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä Lounas II Linssikastike <i>G, L, M, Veg</i> Perunamuusi <i>G, L, S, K</i> Lisäkesalaatti Jäävuorisalaatti <i>G, L, M, Veg</i> Kasvis, kausi 1 Maito, margariini, leipä Salaatinkastike <i>G, L, M</i> Välipala Puolukkavispipuuro <i>L, M, Veg</i> Kurkku <i>G, L, M, Veg</i> Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä	Aamupala Koulu Banaani <i>G, L, M, Veg</i> Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä Lounas Koulu Lohimurekepihvi <i>G, L, S</i> Kurkku-kermaviilikastike <i>G, L, S, K</i> Keitettyjä perunoita <i>G, L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin</i> Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä Lounas II Tofu-nuudeliuoka <i>L, M</i> Lisäkesalaatti Jäävuorisalaatti <i>G, L, M, Veg</i> Kasvis, kausi 2 Maissi Maito, margariini, leipä Salaatinkastike <i>G, L, M</i> Välipala Jogurtti, banaani, laktoositon, 1kg Tomaatti <i>G, L, M, Veg</i> Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä	Aamupala Koulu Ruishiutalepuuro <i>L, M, Veg</i> Mustikka mehukeitto Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä Lounas Koulu Ohrasuurimopuuro Mehukeitto <i>G, L, M</i> Tomaatti <i>G, L, M, Veg</i> Palvikinkku <i>G, L, M, Voi Hyvin</i> Pieni ruisruutu Maito, margariini, näkkileipä Lounas II Juuressosekeitto <i>G, L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin</i> Välipala Mustikkakiisseli <i>G, L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin</i> Kurkku <i>G, L, M, Veg</i> Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä	Aamupala koulu Kaurapuuro <i>L, M, Veg, S, K</i> Mandariini Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä Lounas Koulu TOIVERUOKA Uunimakkara <i>G, L, M, K</i> Perunamuusi <i>G, L, S, K</i> Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä Lounas II Kasvis-pastavuoka <i>L, S, K, Voi Hyvin</i> Lisäkesalaatti Jäävuorisalaatti <i>G, L, M, Veg</i> Kasvis, kausi 2 Tillikurkut Maito, margariini, leipä Salaatinkastike <i>G, L, M</i> Välipala Moniviljasämpylä Paprika <i>G, L, M, Veg</i> Juusto, Edam 17% Täysjyväviipaleet, tuore Maito, margariini, näkkileipä