

## Viikko 14

Maanantai 30.3.2026

### Aamupala Koulu

Vehnähiutalepuuro *L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin*

Hedelmä, kausi

Täysjyväviipaleet

Maito, margariini, näkkileipä

### Lounas Koulu

Jauhelihakastike *G, L, M, S, K, Voi Hyvin*

Keitettyjä perunoita

Maito, margariini, näkkileipä

Täysjyväviipaleet, tuore

### Lounas II

Seitan-pastavuoka *L, S, K, Voi Hyvin*

### Lisäkesalaatti

Jäävuorisalaatti *G, L, M, Veg*

Kasvis, kausi 1

Maissi *G, L, M, Veg*

Salaatinkastike *G, L, M*

### Välipala

Mansikkakiisseli *G, L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin*

Porkkana, kuorittu, tuore

Täysjyväviipaleet, tuore

Maito, margariini, näkkileipä

Tiistai 31.3.2026

### Aamupala koulu

Ruis-ohrapuuro *L*

Mehukeitto *G, L, M*

Täysjyväviipaleet

Maito, margariini, näkkileipä

### Lounas koulu

Mannapuuro *L, S, K*

Mehukeitto *G, L, M*

Broiler, palvileikkele *G, L, M, Voi Hyvin*

Tomaatti *G, L, M, S, Veg, Voi Hyvin*

Täysjyväviipaleet

Maito, margariini, näkkileipä

### Lounas II

Tofu-currykastiketta *G, L, M, Veg, S, K*

Keitettyjä perunoita *G, L, M, Veg, S, Voi Hyvin*

### Lisäkesalaatti

Jäävuorisalaatti *G, L, M, Veg*

Kasvis, kausi 2

Salaatinkastike *G, L, M*

### Välipala

Grahamlihapiirakka *L*

Kurkku *G, L, M, S, Veg, Voi Hyvin*

Täysjyväviipaleet, tuore

Maito, margariini, näkkileipä

Keskiviikko 1.4.2026

### Aamupala koulu

Kaurapuuro *L, M, Veg, S, K*

Kurkku *G, L, M, S, Veg, Voi Hyvin*

Täysjyväviipaleet

Maito, margariini, näkkileipä

### Lounas koulu

Keltaista broilerijauhelihakeittoa *G, L, M, S, K, Voi Hyvin*

Kurkku *G, L, M, S, Veg, Voi Hyvin*

Juusto, Edam 17% *G, L, Voi Hyvin*

Hedelmä, kausi

Ruisleipä, pakaste, Pagar 75 g

Maito, margariini, näkkileipä

### Lounas II

Chili con verdura *G, L, M, Veg, S, K*

Höyrytetty täysjyväriisi *G, L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin*

### Lisäkesalaatti

Jäävuorisalaatti *G, L, M, Veg*

Kasvis, kausi 1

Kaaliraaste

### Välipala

Puolukkavispipuuro

Tomaatti *G, L, M, S, Veg, Voi Hyvin*

Täysjyväviipaleet, tuore

Maito, margariini, näkkileipä

Torstai 2.4.2026

### Aamupala koulu

Ohrahiutalepuuro *L, M, Veg, Voi Hyvin*

Banaani *G, L, M, Veg*

Täysjyväviipaleet

Maito, margariini, näkkileipä

### Lounas koulu

Rapeita lohipalaoja *L, M, S, K*

Kurkku-kermaviilikastike *G, L, S, K*

Keitettyjä perunoita

Maito, margariini, näkkileipä

Täysjyväviipaleet

### Lounas II

Kasvisnugetteja *G, L, M, S, K, Voi Hyvin*

Kurkku-kermaviilikastike *G, L, S, K*

Keitettyjä perunoita

### Lisäkesalaatti

Jäävuorisalaatti *G, L, M, Veg*

Kasvis, kausi 1

Punajuuret

Salaatinkastike *G, L, M*

Mangorahkaa *G, L*

### Välipala

Mangorahka *G, L*

Kurkku *G, L, M, S, Veg, Voi Hyvin*

Täysjyväviipaleet, tuore

Maito, margariini, näkkileipä

Perjantai 3.4.2026

### Aamupala koulu

Ruispuuro *L, M*

Mustikka

Täysjyväviipaleet, tuore

Maito, margariini, näkkileipä

### Lounas Koulu

Nakki-perunasoselaatikko *G, L, K*

Täysjyväviipaleet

Maito, margariini, näkkileipä

### Lounas II

Chili con verdura *G, L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin*

Höyrytetty täysjyväriisi *G, L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin*

### Lisäkesalaatti

Kaaliraaste

Kasvis, kausi 1

Mandariini *G, L, M, Veg*

Salaatinkastike *G, L, M*

### Välipala

Ruisleipä, pakaste

Palvikinkku *G, L, M, Voi Hyvin*

Tomaatti *G, L, M, S, Veg, Voi Hyvin*

Maito, margariini, näkkileipä

Täysjyväviipaleet, tuore

## Viikko 15

Maanantai 6.4.2026

### Aamupala koulu

Vehnähiutalepuuro *L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin*

Hedelmä, kausi

Juusto, Edam 17% *G, L, Voi Hyvin*

Täysjyväviipaleet, tuore

### Lounas koulu

Bolognese *G, L, M, Voi Hyvin*

Täysjyväpasta *L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin*

Täysjyväviipaleet, tuore

Maito, margariini, näkkileipä

### Lounas II

Kasviskiusaus *L, S, K, Voi Hyvin*

### Lisäkesalaatti

Kiinankaali

Kasvis, kausi 2

Tomaatti *G, L, M, S, Veg, Voi Hyvin*

Salaatinkastike *G, L, M*

### Välipala

Persikkajogurtti *G, L*

Porkkana, kuorittu, tuore

Täysjyväviipaleet, tuore

Maito, margariini, näkkileipä

Tiistai 7.4.2026

### Aamupala koulu

Kaurapuuro *L, M, Veg, S, K*

Banaani *G, L, M, Veg*

Täysjyväviipaleet, tuore

Maito, margariini, näkkileipä

### Lounas koulu

Lihakeitto *G, L, M, Voi Hyvin*

Kananmuna puolikas *G, L, M*

Kurkku *G, L, M, S, Veg, Voi Hyvin*

Hedelmä, kausi

Täysjyväviipaleet, tuore

Maito, margariini, näkkileipä

### Lounas II

Pinaattikeitto, oma *L, S, K, Voi Hyvin*

### Lisäkesalaatti

Jäävuorisalaatti *G, L, M, Veg*

Kasvis, kausi 1

Kurkku *G, L, M, S, Veg, Voi Hyvin*

Salaatinkastike *G, L, M*

### Välipala

Riisipiirakka *L*

Palvikinkku viipale

Tomaatti *G, L, M, S, Veg, Voi Hyvin*

Täysjyväviipaleet, tuore

Maito, margariini, näkkileipä

Keskiviikko 8.4.2026

### Aamupala koulu

Ohrahiutalepuuro *L, M, Veg, Voi Hyvin*

Mustikka mehukeitto

Täysjyväviipaleet, tuore

Maito, margariini, näkkileipä

### Lounas koulu

Lohikiusaus *G, L, S, K, Voi Hyvin*

Täysjyväviipaleet, tuore

Maito, margariini, näkkileipä

### Lounas II

Hernerouhebolognese *G, L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin*

Täysjyväpasta *L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin*

### Lisäkesalaatti

Jäävuorisalaatti *G, L, M, Veg*

Kasvis, kausi 1

Punajuurikuutio

Salaatinkastike *G, L, M*

### Välipala

Vadelmakiisseli *G, L, M, Veg, S, Voi Hyvin*

Kurkku *G, L, M, S, Veg, Voi Hyvin*

Maito, margariini, näkkileipä

Täysjyväviipaleet, tuore

Torstai 9.4.2026

### Aamupala koulu

4-viljan puuro *L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin*

Paprika *G, L, M, S, Veg*

Täysjyväviipaleet, tuore

Maito, margariini, näkkileipä

### Lounas koulu

Nakkistoganoff *G, L, M, S, K, Voi Hyvin*

Keitettyjä perunoita *G, L, M, Veg, S, Voi Hyvin*

Täysjyväviipaleet, tuore

Maito, margariini, näkkileipä

### Lounas II

Metsäsienikiusaus *G, L*

### Välipala

Pannukakku *L, S*

Aimo Vadelmahillo

Täysjyväviipaleet, tuore

Maito, margariini, näkkileipä

Perjantai 10.4.2026

### Aamupala koulu

Ruishiutalepuuro *L, M, Veg*

Marjasekoitus, pakaste

Täysjyväviipaleet, tuore

Maito, margariini, näkkileipä

### Lounas koulu

Kanapastavuoka *G, L, S, K, Voi Hyvin*

Täysjyväviipaleet, tuore

Maito, margariini, näkkileipä

### Lounas II

Porkkana-kasvispyörykkä *G, L, M, Veg,*

Tilli-kermaviilikastike *G, L, S, K*

Keitettyjä perunoita *G, L, M, Veg, S, Voi Hyvin*

### Lisäkesalaatti

Jäävuorisalaatti *G, L, M, Veg*

Kasvis, kausi 2

Kurkku *G, L, M, S, Veg, Voi Hyvin*

Salaatinkastike *G, L, M*

### Välipala

Rieska

Tomaatti *G, L, M, S, Veg, Voi Hyvin*

Juusto, Edam 17%

Täysjyväviipaleet, tuore

Maito, margariini, näkkileipä

## Viikko 16

Maanantai 13.4.2026

### Aamupala

4-viljan puuro *L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin*  
Tomaatti *G, L, M, S, Veg, Voi Hyvin*  
Täysjyväviipaleet, tuore  
Maito, margariini, näkkileipä

### Lounas Koulu

Kinkkukiusaus *G, L, Voi Hyvin*  
Täysjyväviipaleet, tuore  
Maito, margariini, näkkileipä

### Lounas II

Kasvispuikko *L, M, Veg, S, K*  
Tilli-kermaviilikastike *G, L, S, K*  
Keitettyjä perunoita *G, L, M, Veg, S, Voi Hyvin*

### Lisäkesalaatti

Jäävuorisalaatti *G, L, M, Veg*  
Kasvis, kausi 1  
Punajuuri  
Salaatinkastike *G, L, M*

### Välipala

Hedelmäsalaatti *G, L, M, Veg, S*  
Kurkku *G, L, M, S, Veg, Voi Hyvin*  
Täysjyväviipaleet, tuore  
Maito, margariini, näkkileipä

Tiistai 14.4.2026

### Aamupala Koulu

Kaurapuuro *L, M, Veg, S, K*  
Banaani *G, L, M, Veg*  
Täysjyväviipaleet, tuore  
Maito, margariini, näkkileipä

### Lounas koulu

Broileri-currykastike *G, L, S, K, Voi Hyvin*  
Höyrytetty täysjyväriisi *G, L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin*  
Täysjyväviipaleet, tuore  
Maito, margariini, näkkileipä

### Lounas II

Vegetasagne *L*

### Lisäkesalaatti

Jäävuorisalaatti *G, L, M, Veg*  
Kasvis, kausi 2  
Ananas  
Salaatinkastike *G, L, M*

### Välipala

Kuningatarkiisseli *G, L, M, Veg, S, Voi Hyvin*  
Tomaatti *G, L, M, S, Veg, Voi Hyvin*  
Täysjyväviipaleet, tuore  
Maito, margariini, näkkileipä

Keskiviikko 15.4.2026

### Aamupala koulu

Vehnähiutalepuuro *L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin*  
Hedelmä, kausi  
Palvikinkku *G, L, M, Voi Hyvin*  
Täysjyväviipaleet, tuore

### Lounas koulu

Kalapuikko  
Keitettyjä perunoita *G, L, M, Veg, S, Voi Hyvin*  
Kurkku-kermaviilikastike *G, L, S, K*  
Täysjyväviipaleet  
Maito, margariini, näkkileipä

### Lounas II

Kasviskiusaus *L, S, K, Voi Hyvin*

### Lisäkesalaatti

Jäävuorisalaatti *G, L, M, Veg*  
Kasvis, kausi 1  
Vesimeloni  
Salaatinkastike *G, L, M*

### Välipala

Vadelmavispi puuro *L, M, Veg*  
Kurkku *G, L, M, S, Veg, Voi Hyvin*  
Täysjyväviipaleet, tuore  
Maito, margariini, näkkileipä

Torstai 16.4.2026

### Aamupala koulu

Kurkku *G, L, M, S, Veg, Voi Hyvin*  
Täysjyväviipaleet, tuore  
Maito, margariini, näkkileipä

### Lounas koulu

Nakkikeittoa *G, L, M, S, K, Voi Hyvin*  
Juusto, Edam 17% *G, L, Voi Hyvin*  
Tomaatti *G, L, M, S, Veg, Voi Hyvin*  
Hedelmä, kausi  
Ruisleipä, pakaste  
Maito, margariini, näkkileipä

### Lounas II

Linssikeitto *G, L, M, Veg, Voi Hyvin*

### Välipala

Jogurtti, banaani, laktoositon, 1kg  
Paprika, punainen *G, L, M, S, Veg*  
Täysjyväviipaleet, tuore  
Maito, margariini, näkkileipä

Perjantai 17.4.2026

### Aamupala koulu

Vehnäpuuro *L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin*  
Mustaherukka  
Täysjyväviipaleet, tuore  
Maito, margariini, näkkileipä

### Lounas koulu

Jauhelihalasagnette *L, S, K, Voi Hyvin*  
Täysjyväviipaleet, tuore  
Maito, margariini, näkkileipä

### Lounas II

Kikherne-kasviskastiketta *M, Veg, Voi Hyvin*  
Höyrytetty täysjyväriisi *G, L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin*

### Lisäkesalaatti

Jäävuorisalaatti *G, L, M, Veg*  
Kasvis, kausi 1  
Mandariini *G, L, M, Veg*  
Salaatinkastike *G, L, M*

### Välipala

Rieska  
Palvikinkku *G, L, M, Voi Hyvin*  
Kurkku *G, L, M, S, Veg, Voi Hyvin*  
Täysjyväviipaleet  
Maito, margariini, näkkileipä

## Viikko 17

Maanantai 20.4.2026

### Aamupala koulu

Vehnäpuuro *L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin*  
Juusto, Edam 17%, viipale, 1kg *G, L*  
Tomaatti *G, L, M, S, Veg, Voi Hyvin*  
Täysjyväviipaleet, tuore  
Maito, margariini, näkkileipä

### Lounas Koulu

Liha-makaronilaatikko *L, S, Voi Hyvin*  
Täysjyväviipaleet, tuore  
Maito, margariini, näkkileipä

### Lounas II

Pinaatti-raejuustonappeja *G, L*  
Tilli-kermaviilikastike *G, L, S, K*  
Keitettyjä perunoita *G, L, M, Veg, S,*

### Lisäkesalaatti

Kiinankaali  
Kasvis, kausi 2  
Kurkku *G, L, M, S, Veg, Voi Hyvin*  
Maito, margariini, leipä  
Salaatinkastike *G, L, M*

### Välipala

Jogurtti, vadelma  
Tomaatti *G, L, M, S, Veg, Voi Hyvin*  
Täysjyväviipaleet, tuore  
Maito, margariini, näkkileipä

Tiistai 21.4.2026

### Aamupala Koulu

4-viljan puuro *L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin*  
Hedelmä, kausi  
Täysjyväviipaleet, tuore  
Maito, margariini, näkkileipä

### Lounas Koulu

Kanakeitto *G, L, S, K, Voi Hyvin*  
Maustekurkku  
Juusto, Edam 17% *G, L, Voi Hyvin*  
Hedelmä, kausi  
Täysjyväviipaleet, tuore  
Maito, margariini, näkkileipä

### Lounas II

Linssikastike *G, L, M, Veg*  
Perunamuusi *G, L, S, K*

### Lisäkesalaatti

Jäävuorisalaatti *G, L, M, Veg*  
Kasvis, kausi 1  
Maito, margariini, leipä  
Salaatinkastike *G, L, M*

### Välipala

Puolukkavispipuuro *L, M, Veg*  
Kurkku *G, L, M, S, Veg, Voi Hyvin*  
Täysjyväviipaleet, tuore  
Maito, margariini, näkkileipä

Keskiviikko 22.4.2026

### Aamupala Koulu

Banaani *G, L, M, Veg*  
Täysjyväviipaleet, tuore  
Maito, margariini, näkkileipä

### Lounas Koulu

Lohimurekepihvi *G, L, S*  
Kurkku-kermaviilikastike *G, L, S, K*  
Keitettyjä perunoita *G, L, M, Veg, S, Voi Hyvin*  
Täysjyväviipaleet, tuore  
Maito, margariini, näkkileipä

### Lounas II

Tofu-nuudeliuoka *L, M, S*

### Lisäkesalaatti

Jäävuorisalaatti *G, L, M, Veg*  
Kasvis, kausi 2  
Maissi  
Maito, margariini, leipä  
Salaatinkastike *G, L, M*

### Välipala

Omenakiisseli  
Tomaatti *G, L, M, S, Veg, Voi Hyvin*  
Täysjyväviipaleet, tuore  
Maito, margariini, näkkileipä

Torstai 23.4.2026

### Aamupala Koulu

Ruishiutalepuuro *L, M, Veg*  
Mustikka mehukeitto  
Täysjyväviipaleet, tuore  
Maito, margariini, näkkileipä

### Lounas Koulu

Ohrasuorimopuuro  
Mehukeitto *G, L, M*  
Tomaatti *G, L, M, S, Veg, Voi Hyvin*  
Palvikinkku *G, L, M, Voi Hyvin*  
Ruisleipä, pakaste  
Maito, margariini, näkkileipä

### Lounas II

Juuressosekeitto *G, L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin*

### Lisäkesalaatti

Banaani *G, L, M, Veg*

### Välipala

Mustikkakiisseli *G, L, M, Veg, S, K, Voi Hyvin*  
Kurkku *G, L, M, S, Veg, Voi Hyvin*  
Täysjyväviipaleet, tuore  
Maito, margariini, näkkileipä

Perjantai 24.4.2026

### Aamupala koulu

Kaurapuuro *L, M, Veg, S, K*  
Mandariini  
Täysjyväviipaleet, tuore  
Maito, margariini, näkkileipä

### Lounas Koulu

Kana nugget  
Perunamuusi *G, L, S, K*  
Täysjyväviipaleet, tuore  
Maito, margariini, näkkileipä

### Lounas II

Kasvis-pastavuoka *L, S, K, Voi Hyvin*

### Lisäkesalaatti

Jäävuorisalaatti *G, L, M, Veg*  
Kasvis, kausi 2  
Tillikurkut  
Maito, margariini, leipä  
Salaatinkastike *G, L, M*

### Välipala

Moniviljasämpylä  
Paprika *G, L, M, S, Veg*  
Juusto, Edam 17%  
Täysjyväviipaleet, tuore  
Maito, margariini, näkkileipä