

Viikko 1 21.-27.9.

MA Lihapullat (L, M), pasta, salaatti

Kasvis: Kasvispyörykät (G, L, M)

TI Kalakeitto (G, L), leipä

Kasvis: Tomaattinen kasviskeitto (G, L, M)

KE Jauhelihakiusaus (G, L), salaatti

Kasvis: Soija-kasviskiusaus (G, L)

TO Nakkikastike (G, L, M), peruna, salaatti

Kasvis: Kasviswokki (G, L, M)

PE Broileripasta (L), salaatti

Kasvis: Kasvispasta (L)

Viikko 2 28.9.-4.10.

MA Lihakeitto (G, L, M), leipä, tuorepala

Kasvis: Eggie-kasviskeitto (G, L, M)

TI Kalapyörykkä (G, L, M), perunasose, salaatti

Kasvis: Kasvisjauhispyörykkä (G, L, M)

KE Lihamakaronilaatikko (L), salaatti

Kasvis: Soija-makaronilaatikko (L)

TO Suurimopuuro (L), mehukeitto, leipä, juusto

PE Broilerivuoka (G, L, M), salaatti

Kasvis: Kasvisvuoka (L, M)

Viikko 3 5.-11.10.

MA Kalapuikot ((L, M), peruna,
kermaviilikastike, salaatti

Kasvis: Porkkananapit (G, L, M)

TI Nakkikeitto (G, L, M), leipä

Kasvis: Linssikeitto (G, L, M)

KE Broilerikastike (G, L, M), peruna/riisi,
salaatti

Kasvis: Mifukastike (G, L)

TO Jauhelihasagnette (L), salaatti

Kasvis: Linssilasagnette (L)

PE Tortillat, salaatti

Kasvis: Kasvistortillat

Viikko 4 19.-25.10.

MA Broileripihvit (G, L, M), perunasose, keitetty kasvis

Kasvis: Kasvispihvit (G, L, M)

TI Kookos-broilerikeitto (G, L, M), leipä, tuorepala

Kasvis: Kookos-kasviskeitto (G, L, M)

KE Tonnikalapasta (L), salaatti

Kasvis: Vebab-kasvispasta (L, M)

TO Jauhelihakastike (G, L, M), peruna/pasta, salaatti

Kasvis: Chili sin carne (G, L, M)

PE Pyttipannu (G, L, M), salaatti

Kasvis: Kasvispyttipannu (G, L, M)

Viikko 5 26.10-1.11.

MA Broilerikeitto (G, L, M), leipä

Kasvis: Sosekeitto G, L)

TI Uunimakkara (G, L, M), perunasose, salaatti

Kasvis: Kasvisnakit (G, L, M)

KE Kinkkupasta (L), salaatti

Kasvis: Kikhernepasta (L)

TO Kalapihvit (G, L, M), peruna,
kermaviilikastike, salaatti

Kasvis: Maissipihvit ((G, L, M)

PE Tortillat, salaatti

Kasvis: Kasvistortillat