

Runkolista 2021/2022 Koulut
KOULUT

3, 9, 15, 21, 27, 33, 39, 45, 51

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala	Aamupala
Kaurapuuro	Neljänviljan puuro	Vehnähiutalepuuro	Ruishiutalepuuro	Riisihiutalevelli
Juusto	Kinkkujuustotahna	Voileipäkinkku	Kaiservursti	Kinkkumakkara
Kurkkuviipale	Vesimeloni kolmio Sämpylä	Tomaatti viipale	Paprikarengas	Hedelmäpala
Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Broilericurry	Kirjolohikiusaus	Jauhelihapihvi	Tyrnävän myllyn ohrapuuro	Hernekeitto
Ohrasuurimo	Herne	Peruna (kuoriperuna)	Vadelma-mustaherukkakiisseli	Perunarieska
Uunijuurekset	Jäävuori-tomaatti-persikka-salaatti	Ruskeakastike	Juusto	Juusto
Punajuuri-omenasalaatti		Porkkanakuutio	Ruisvuokaleipä	Tomaatti
		Kaali-puolukkasalaatti		Pannukakku Mansikkahillo
Lounas kasvisruoka	Lounas kasvisruoka	Lounas kasvisruoka		Lounas kasvisruoka
Papu-kasviscurry	Punajuuri-kasviskuisaus	Papu-linssipihvi		Kasvishernekeitto
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
Luonnonjogurtti	Ruusunmarjakiisseli	Karjalanpiirakka	Marjaviili	Luonnonjogurtti
Marjainen hillosilmä	Kaurapala	Munavoi	Omena	Mansikkahillo

Runkolista 2021/2022 Koulut
KOULUT

4, 10, 16, 22, 28, 34, 40, 46, 52

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
Aamupala Kaurapuuro Voileipäkinkku Tomaatti	Aamupala Vehnähiutalevelli Juusto Paprikarengas	Aamupala Ohrahiutalepuuro Lihahyytelö Kurkkuviipale	Aamupala Ruishiutalepuuro Herukkakiisseli Kinkkumakkara	Aamupala Neljänviljanhiutalepuuro Raparperi-mansikkakiisseli Kinkkujuustotahna
Lounas Sadonkorjaajan broilerkeitto Juustoviipale Omena Leipä, Ruispala	Lounas Lihapyörykkä Peruna Parsakaali Ruskeakastike Jäävuori-porkkana-kesäkurpitsa-salaatti	Lounas Tonnikalapaistos Kaali-punajuurisalaatti	Lounas Nakkikastike Peruna Maissi Porkkana-ananas-salaatti	Lounas Pinaattikeitto Kananmuna Riisipiirakka Kurkkuviipale
Lounas kasvisruoka Tomaatti-linssikeitto	Lounas kasvisruoka Boltsipyörykkä	Lounas kasvisruoka Kasvis-pastapaistos	Lounas kasvisruoka Juures Jafrezi	
Välipala Sämpylä Hedelmäviili	Välipala Vadelmakiisseli Porkkanadippi	Välipala Mangorahka Paprikalohko	Välipala Raparperi-mansikkakiisseli	Välipala Jogurtti luomu maustamaton Marjainen hillosilmä

Runkolista 2021/2022 Koulut
KOULUT

5, 11, 17, 23, 29, 35, 41, 47

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
Aamupala Kaurapuuro Voileipäkinkku Kurkkuviipale	Aamupala Neljänviljan puuro Juusto Tuorepala Sämpylä	Aamupala Ohrahiutalepuuro Kinkkumakkara Tomaatti viipale	Aamupala Mannapuuro Kaiservursti kevyt Hedelmäpala	Aamupala Ruishiutalepuuro Broilerileikkele Paprikalohko
Lounas Jauhelihakastike Peruna (kuoriperuna) Porkkanaviipale Valkokaali-kurkkusalaattia	Lounas Keltainen uunikala Peruna Jäävuori-tomaatti-kurkku-salaatti	Lounas Juustoinen porkkanasosekeitto Raejuusto Grahamsämpylä Omena	Lounas Liha-makaronilaatikko Porkkana-paprika-kurkkusalaatti	Lounas Lihakeitto Juusto Ruisleipä
Lounas kasvisruoka Härkäpapubognese	Lounas kasvisruoka Tofu-kasvispata		Lounas kasvisruoka Kasvimakaronilaatikko	Lounas kasvisruoka Härkiskeitto
Välipala Juusto Sämpylä Persikkakiisseli	Välipala Vaniljakiisseli Marjainen hillosilmä	Välipala Ananas-sitruunakiisseli Kukkakaalinuppu	Välipala Suklaakiisseli Paprikapala	Välipala Marjarahka

Runkolista 2021/2022 Koulut
KOULUT

6, 12, 18, 24, 30, 36, 42, 48

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
Aamupala Kaurapuuro Kurkkuviipale Leikkele	Aamupala Neljänviljan puuro Kinkkumakkara Tuorepala	Aamupala Ohrahiutalepuuro Tomaatti Voileipäkinkku	Aamupala Ruishiutalepuuro Paprikarengas Leikkele	Aamupala Vehnähiutalepuuro Kurkkuviipale Kinkkujuustotahna
Lounas Mangobroilerkastike Peruna Maissi Mustaherukkahillo	Lounas Punajuuripihvi Lohkoperuna Kermaviilikastike Kaali-kesäkurpitsa-mandariinisalaatti	Lounas Lohikeitto Juusto Perunalimppu	Lounas Maksalaatikko Voikastike Peruna Tuoresalaatti Puolukkahillo	Lounas Jauhelihaperunasoselaatikko Ruusukaali Porkkanaraaste
Lounas kasvisruoka Quorn-kastike		Lounas kasvisruoka Kasvissosekeitto	Lounas kasvisruoka Kasviskääryle Valkokastike	Lounas kasvisruoka Kasvis-perunasoselaatikko
Välipala Luonnonjogurtti Mangosose Hedelmäpala	Välipala Jäätelö Sämpylä Leikkele	Välipala Mansikkarahka Kyssäkaali	Välipala Kauralihapiirakka Kurkkupölkky	Välipala Makuviili Parsakaalipala

Runkolista 2021/2022 Koulut
KOULUT

1, 7, 13, 19, 25, 31, 37, 43, 49

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
Aamupala Kaurapuuro Kinkkumakkara Kurkkuviipale	Aamupala Neljänviljan puuro Tomaatti viipale Kinkkujuustotahna	Aamupala Riisimuro Leikkele Kurkkuviipale Kaakao	Aamupala Ruishiutalepuuro Paprikarengas Kinkkumakkara	Aamupala Vehnähiutalepuuro Voileipäkinkku Tomaatti viipale
Lounas Jauhelihakeitto Suolakurkku Juusto Kaurapala	Lounas Uunimakkara Perunasose Kurkkuinen kaalisalaatti	Lounas Hot tomatoes -broilerkastike Ohrasuurimo Maissi Hedelmäinen kaalisalaatti	Lounas Kapteenin kalakuvio Perunasose Herne Porkkanaraaste	Lounas Aurinkovuoren makaronilaatikko Jäävuori-maissi-meloni-salaatti
Lounas kasvisruoka Mifu-kasviskeitto	Lounas kasvisruoka Kasvisnäkki	Lounas kasvisruoka Välimeren kasviskastike	Lounas kasvisruoka Punajuuripihvi	
Välipala Sämpylä Tuorejuusto Mansikkakiisseli	Välipala Persikkakiisseli Kukkakaalinuppu	Välipala Suklaakiisseli Hedelmäpala	Välipala Vatkattu mustaherukkapuuro Lanttupölkky	Välipala Mandariini Viili

Runkolista 2021/2022 Koulut
KOULUT

2, 8, 14, 20, 26, 32, 38, 44, 50

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
Aamupala Kaurapuuro Kinkkumakkara Kurkkuviipale	Aamupala Neljänviljan puuro Juustoviipale Tomaatti viipale	Aamupala Ohrahiutalepuuro Hedelmäpala Kinkkujuustotahna	Aamupala Ruishiutalepuuro Juustoviipale Paprikarengas	Aamupala Vehnähiutalepuuro Broilerileikkele Kurkkuviipale
Lounas Pinaattihukainen Porkkana-perunasose Puolukkahillo Kaali-ananassalaatti	Lounas Palapaisti Peruna Kukkakaali Jäävuori-tomaatti-kurkku-salaatti	Lounas Juustoinen seikeitto Rieska Kurkku	Lounas Broilerherkku Porkkana Mustaherukkahillo Jäävuori-paprika-maissisalaatti	Lounas Makkarakeitto Ruisleipä Juusto Tomaatti viipale
	Lounas kasvisruoka Kasvisstroganoff	Lounas kasvisruoka Juustoinen kasviskeitto	Lounas kasvisruoka Kasvislasagnette	Lounas kasvisruoka Kasvisnakkikeitto
Välipala Jogurtti Sämpylä Graham Tuorejuusto ruohosipuli	Välipala Syyskiisseli Vesimeloni pala	Välipala Omenakiisseli Parsakaali, pala	Välipala Hedelmäsalaatti Porkkanapökky	Välipala Paprikalohko Kuningatarpiirakka