



2011-2012					KOTIHOIDON LOUNAS		Kasvisvaihtoehto	JÄLKIRUOKA
vk	pv							
12.12	23.1	5.3	1	ma	Makaronijauhelihevuoaka, kaalikurkkuhernesal. Lämmin kasvis	Makaronisoijavuoaka	Hedelmä	
13.12	24.1	6.3	1	ti	Nakkikastike, porkkanaraaste, lämmin kasvis	Nakkokastike	Maitokiisseli ja hillo	
14.12	25.1	7.3	1	ke	Lohilaatikko kuningatarsalaatti, lämmin kasvis	Kasvislaatikko	Hedelmäsalaatti	
15.12	26.1	8.3	1	to	Pinaattihukkaat, pastasalaatti, puolukkahillo	Pinaattihukkaat	Mansikkakiisseli	
16.12	27.1	9.3	1	pe	Kananpojankeitto, juusto, karjalanpiirakka	Kasvislinssikeitto	Vatk. puolukkapuuro	
17.12	28.1	10.3	1	la	Kalavuoka, perunasose, kurkkuinen salaatti	Kasvisvuoka	Sekamarjakiisseli	
18.12	29.1	11.3	1	su	Naudanlihakastike, kermaperunat, puutarhasalaatti	Papukastike	Ananasrahka	
19.12	30.1	12.3	2	ma	Jauhelihakastike pasta, viherkurkkusalaatti, lämmin kasvis	Soijarouhekastike	Jogurtti	
20.12	31.1	13.3	2	ti	Kaalilaatikko, porkkanaraaste, puolukka, lämmin kasvis	Kaalilaatikko	Marjakiisseli	
21.12	1.2	14.3	2	ke	Broileripihvi, currykastike riisi, kiinankaali-paprikamixsalaatti	Juurespihvi	Marjat vanilja kiisseli	
22.12	2.2	15.3	2	to	Lindströminpihvi, kastike, perunat, tomaattifetasalaatti	Kasvisnuudeli	Suklaakiisseli	
23.12	3.2	16.3	2	pe	Kalakeitto, juusto, karjalanpiirakka	Kesäkeitto	Pannukaku ja hillo	
24.12	4.2	17.3	2	la	Maksaporkkanakastike, perunasose, puolukkasurvos	Porkkanajuustokastike	Mandariinikiisseli	
25.12	5.2	18.3	2	su	Kalastajanpyörykkä, perunasose sienisalaatti	Kasvispyörykkä	Luumukiisseli	
26.12	6.2	19.3	3	ma	Perunajauhelihepaistos, kaalikurkku(mauste)salaatti, lämmin kasvis	Kitneypaistos	Hedelmä	
27.12	7.2	20.3	3	ti	Lihakasvispata, peruna	Purjoperunasosekeitto	Rahka	
28.12	8.2	21.3	3	ke	Siikapihvi, perunakasvismuhennos, kastike kiinankaalihernepunakaalisalaatti	Kasvispapukroketti	Marjainen mehukeitto	
29.12	9.2	22.3	3	to	Broilericurrykastike, riisi, prinsessasalaatti, lämmin kasvis	Kruunucurrykastike	Vadelmapersikka-kiisseli	
30.12	10.2	23.3	3	pe	Nakkikeitto	Linssikeitto	Aprikoosipuuro	
31.12.	11.2	24.3	3	la	Sitruunakala, kasvisperunaviipalelaatikko, punajuurisalaatti	Kasvispaistos	Mandariiniriisi	
1.1.	12.2	25.3	3	su	Possunulkofilee , kermakastike, perunasose	Porkkanapihvi	Kirsikkapiirakka	
2.1	13.2	26.3	4	ma	Maksalaatikko porkkanaraaste, puolukkasurvos, lämmin kasvis	Riisipähkinälaatikko	Jogurtti	
3.1	14.2	27.3	4	ti	Jauhelihakeitto, juusto, rieska	Soijapalapapukeitto	Kauraomenapaistos, kastike	
4.1	15.2	28.3	4	ke	Kalapala peruna/ -sose kermaviilikastike punajuuriraejuustopurjosaalaatti	Porkkanapihvi	Marjakiisseli	
5.1	16.2	29.3	4	to	Tomaattipasta, vihersalaatti, lämmin kasvis	Soijarouhelasagnette	Herukkakiisseli	
6.1	17.2	30.3	4	pe	Broilerikeitto (kirkas), juusto, karjalanpiirakka	Borssikeitto	Vatkattupuuro	
7.1	18.2	31.3	4	la	Riistapyörykät, perunasose, puolukkasurvos	Kasvispyörykkä	Piirakkapala	
8.1	19.2	1.4	4	su	Lohilaatikko kurpitsakuutio	Juurespaistos	Vadelmakiisseli	
9.1	20.2	2.4	5	ma	Kasvissekeitto, kinkkuleikkele, rieska	Kasvissekeitto	Viili	
10.1	21.2	3.4	5	ti	Jauhelihapihvi, kermakastike, peruna, vihanneskekoitus	Sienikäryle	Trooppinen persikka-kiisseli	
11.1	22.2	4.4	5	ke	Uunikirjolohi perunasose, porkkanaraaste. lämmin kasvis	Punajuuripihvi	Puolukkaruusu puuro	
12.1	23.2	5.4	5	to	Broileripasta, punakaalimustaherukkasalaatti, lämmin kasvis	Papuvuoaka	Marjakiisseli	
13.1	24.2	6.4	5	pe	Hernekeitto, juusto, karjalanpiirakka	Kasvishernekeitto	Ohukkaat ja hillo	
14.1	25.2	7.4	5	la	Kaalikäryleet, peruna, ruskeakastike, kasvis, puolukka	Sienikäryle	Mustikkarahka	
15.1	26.2	8.4	5	su	Karjalanpaisti, perunasose, suvisalaatti	Juurespata	Boysenmarjakiisseli	
16.1	27.2	9.4	6	ma	Lihapullat, kastike, peruna, tomaattipunasipulisalaatti	Kasvispyörykkä	Suvmarjakiisseli	
17.1	28.2	10.4	6	ti	Lihakastike, peruna, lämminkasvis, vihersalaatti	Vihannesvegemix	Hedelmä	
18.1	29.2	11.4	6	ke	Uunimakkara, perunasose, kaalikurkkurelish	Uuninakko	Pulla	
19.1	1.3	12.4	6	to	Lihaperunasoselaatikko , amer/porkkanapunakaali-ananassalaatti, lämmin kasvis	Kreikkalainen kiusaus	Ananaskiisseli	
20.1	2.3	13.4	6	pe	Kahdenkalankeitto, juusto, karjalanpiirakka	Juustosienikeitto	Riisiomenapuuro	
21.1	3.3	14.4	6	la	Yrttimarinoitukala, kermaperuna, punajuurisuikaleet	Täytetty paprika	Piirakkapala	
22.1	4.3	15.4	6	su	Lihamureke, kastike, perunasose, hedelmäinen salaatti	Soijapalakastike	Aprikoosikiisseli	