



	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIikko	TORSTAI	PERJANTAI
VKO 5 10 15 20	LOUNAS Makkarakastike L,G,K Chili sin carne L,M,G,K,VE Peruna Kaalikurkkusalaatti L,M,G,K,VE Herne Maustekurkku	Talonriisipuuro L,G,K Juustoviipale L,G,K Jääsalaatti L,M,G,K,VE Appelsiinilohko	Broileripihvi L,M,K Currykastike L,G,K Bataatti-juurespihvi L,M,G Täysjyväriisi Tomaatti-fetasalaatti L,G,K	Makaronijauheliavuoka L,K Makaronisojajuoka L,K Porkkana-lantturaaste L,M,G,K,VE Mandariini	Lohikeitto L,G,K Juustoinen sienikeitto L,G,K Banaani
VKO 6 11 16 21	LOUNAS Pinaattihukkaat L Caesarsalaatti L,K Puolukkahilloke L,M,G,K,VE	Maksalaatikko L,M,G,K Porkkanaohukkaat L Peruna Porkkanaraaste Puolukkahilloke L,M,G,K,VE Raejuusto L,G,K	Broileri-mangokastike L,G,K Quorn-mangokastikkeessa L,G Täysjyväriisi Viherpunakaalisalaatti L,M,G,K,VE	Kalapala L,M,K Karibian kasvispihvi L,M,G,K,VE Kermaviilikastike L,G,K Perunasose L,G,K Vihertomaattisalaatti L,M,G,K,VE Maissi	Naudanlihakeitto L,M,G,K Peruna-purjosekeitto L,G,K Kaura-ruissämpylä L,M,K,VE Kirsikkatomaatti
VKO 2 7 12 17 22	LOUNAS Uunimakkara M,L,G,K Uuninakko L,M Perunasose L,G,K Viher-persikkasalaatti L,M,G,K,VE Sinappireish L,M,G,K,VE	Ohrapuuro L,K Mehukeitto L,M,G,K,VE Juusto L,G,K Salaatinlehti	Uunikirjoloji L,G,K Quornfilee paprikakastikkeessa L,G Peruna Marinoitu omena-kaalisalaatti L,M,G,K,VE Herne	Jauhelihakastike L,M,G,K Härkiskastike L,M,G,K,VE Täysjyväpasta L,M,K,VE Frisee-vesimelonisalaatti L,M,G,K,VE	Kalakeitto L,G,K Juustoinen kesäkeitto L,G,K Jäätelöpikari L,G,K Omenalohko
VKO 3 8 13 18	LOUNAS Jauhelihapihvi L,M,G Sienikäryleet L,M,G,K,VE Sinappikastike L,G,K Peruna Jäävuori-romaine-kurkkusalaatti L,M,G,K,VE Kirsikkatomaatti	Lohikiusaus L,G,K Punajuuriaurajuustokiusaus L,G,K Säräjuures L,M,G,K,VE Kiinankaali-tomaattisalaatti L,M,G,K,VE	Bataatti-juurespihvi L,M,G Kermaviilikastike L,G,K Peruna Marinoitu herne-linssi-tattarisalaatti L,M,G,K,VE Porkkanaraaste	Tortilla L,M,K,VE broileritäyte L,M,G,K kasvistäyte L,M,G,K,VE Creme Fraice L,G,K Viherkurkkusalaatti L,M,G,K,VE Jalapeno	Hernekeitto L,M,K Kasvishernekeitto L,M,K,VE Pannukakku L Marjahilloke L,M,G,K,VE
VKO 4 9 14 19	LOUNAS Lihapullat L,M,K Punajuuri-pyörökä L,M,G,K,VE Yrttikastike L,G,K Peruna Porkkanaraaste Ananas Raejuusto L,G,K	Cheddarkala VL,K Porkkanapihvi L,M,G,K,VE Perunasose L,G,K Jogurttinen omena inkivääri punajuurisalaatti L,G Viherkurkkusalaatti L,M,G,K,VE	Broilerikeitto L,M,G,K Nakkokeitto L,M Riisipiirakka L,K	Tomaattijauhelihapasta L,K Tomaatti-munakoisopasta L,K Viherkesäkurpitsa-paprikasalaatti L,M,G,K,VE	Kauden kasvissekeitto L,G,K Rieska L,M,K,VE Juusto L,G,K

L=laktoositon M= maidoton G= gluteeniton K= kananmunaton VE=vegaani



	MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
VCK 5, 10, 15, 20, 25, 30, 35	LUNCH Korvsås L,G,K Chili cin Came L,M,G,K,VE Potatis Vitkål-gurkasallad L,M,G,K,VE Ärt Kryddgurka	Risgrynsgröt L,G,K Ost L,G,K Issallad Apelsinstycke	Kycklingbiff L,M,K Currysås L,G,K Bata-rotfrukt biff L,M,G Ris Tomat-fetasallad L,G,K	Makaroni-köttfärslåda L,K Makaronsojalåda L,K Morot och riven kålrot,mandarin L,M,G,K,VE	Laxsoppa L,G,K Svampsoppa med ost L,G,K Banan
VCK 6, 11, 16, 21, 26, 31	LUNCH Spenatplättor L Caesarsallad L,K Lignonsylt L,M,G,K,VE	Leverlåda L,M,G,K Morotplättor L Potatis Riven morot Lignonsylt L,M,G,K,VE Rivenost L,G,K	Kyckling- mangosås L,G,K Quorn i mangosås L,G Ris Grön-rödkålsallad L,M,G,K,VE	Fiskbit L,M,K Grönsakbiff caribben L,M,G,K,VE Gräddfilsås L,G,K Potatismos L,G,K Grön-tomatsallad, maijs L,M,G,K,VE	Nötköttssoppa L,M,G,K Potatispurjolöksmos-soppa L,G,K Semla L,K Tomat
VCK 2, 7, 12, 17, 22, 27, 32	LUNCH Ugnkorv M,L,G,K Ugnsojakorv L,M Potatismos L,G,K Grönpersika-sallad L,M,G,K Senaprelisch L,M,G,K	Fyrkornsgöröt L,K Saftsoppa L,M,G,K,VE Ost L,G,K Salladsblad	Ugnlax L,G,K Quorn i paprikasås L,G Potatis Marinerad apple-kål sallad L,M,G,K,VE Ärt	Köttfärsås L,M,G,K Bondbönasås L,M,G,K,VE Fullkornspasta L,M,K Frisee-melonsallad L,M,G,K,VE	Fisksoppa L,G,K Ostliknande sommar soppa L,G,K Glass L,G,K Äpplestycke
VCK 3, 8, 13, 18, 23, 28, 33	LUNCH Köttfärsbiff L,M,G Svampdolmo L,M,G,K Senapsås L,G,K Potatis Romaine-gurkasallad L,M,G,K,VE Körsbärstomat	Laxfrestelse L,G,K Rödbeta-blåmogelostfrestelse L,G,K Starrrot L,M,G,K,VE Kinakål-tomatsallad L,M,G,K,VE	Bata-rotfrukt biff L,M,G Gräddfilsås L,G,K Potatis Marinerad ärt-lins-bovetesallad Rivet morot L,M,G,K	Tortilla L,M,K,VE Kycklig fylling L,M,G,K Grönsaks-soja fylling L,M,G,K,VE Grön- gurkasallad L,M,G,K	Laxsoppa L,G,K Svampsoppa med ost L,G,K Banan
VCK 4, 9, 14, 19, 24, 29, 34	LUNCH Köttbullar L,M,K Rödbetabullar L,M,G,K,VE Ortsås L,G,K Potatis L Rivet morot Ananas Rivenost L,G,K	Cheddaefisk VL,K Morotbiff L,M,G,K,VE Potatismos L,G,K Yoghurt-apple-ingefära-rödbetsallad L,G Grön-gurkasallad L,M,G,K,VE	Kycklinsoppa L,M,G,K Sojakorvsoppa L,M Rispirog L,K	Tomat-köttfärs pasta L,K Tomat-auberginepasta L,K Sommarsquasallad L,M,G,K,VE	Grönsakspure-soppa L,G,K Tunnbröd L,M,K Ost L,G,K