



	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIikko	TORSTAI	PERJANTAI
VKO 30, 35, 40, 45, 50	AAMUPALA Ruishiutalepuuro L,M,K,VE Täysmehu LOUNAS Makkarakastike L,G,K Chili sin carne L,M,G,K,VE Peruna Kaali-kurkkusalaatti L,M,G,K,VE Herne Tomaattilohko VÄLIPALA Täysjyvämurot L,K Hedelmät	Vehnähiutalepuuro L,M,K,VE Tomaatti Parsakaalisosekeitto L,G,K Juustoviipale L,G,K Jääsalaatti Appelsiinilohko Marja-pannacotta L	Kaurapuuro L,M,K,VE Banaani Broileripatukka L,M,G Kasvis-kvinoapilvi L,M,G,K,VE Curry-jogurttikastike L,G,K Täysjyväriisi Tomaatti-fetasalaatti L,G,K Vadelma-ruusunmarjakiisseli L,M,G,K,VE Omena	Ohrahiutalepuuro L,M,K,VE Päärynä Makaroni-jauhelihavuoka L,K Makaroni-soijavuoka L,K Porkkana-lantturaaste, mandariini L,M,G,K,VE Kotimaiset marjat L,M,G,K,VE Vaniljakastike L,G,K	Moniviljapuuro L,M,K,VE Appelsiini Lohikeitto L,G,K Metsäsienikeitto L,G,K Banaani Grahamsämpylä L Kalkkunaleikkele L,M,G,K Viikon tuorepala
VKO 31, 36, 41, 46, 51	AAMUPALA Ruishiutalepuuro L,M,K,VE Täysmehu LOUNAS Pinaattiohukkaat L Perunasose L,G,K Caesarsalaatti L,K Puolukkahilloke L,M,G,K,VE VÄLIPALA Riisipiirakka L,K Mandariini	Vehnähiutalepuuro L,M,K,VE Kukkakaalipala Maksalaatikko L,M,G,K/*Kaalilaatikko L,M,G,K Peruna Mifu-kasvisrisotto L,G,K /*Kasvis-kaalilaatikko L,M,G,K,VE Porkkanaraaste Puolukkahilloke L,M,G,K,VE Raejuusto L,G,K Mustikkarahka L,G,K Vesimeloniviipale	Kaurapuuro L,M,K,VE Banaani Broilerikastike L,G,K Quorn-mangokastikkeessa L,G Täysjyväriisi Punakaalisalaatti L,M,G,K,VE Herne Mustaherukkahilloke L,M,G,K,VE Mansikkakiisseli L,M,G,K,VE Kurkku	Ohrahiutalepuuro L,M,K,VE Porkkana Kalapala L,M,K Karibian kasvispihvi L,M,G,K,VE Kermaviilikastike L,G,K Perunasose L,G,K Viher-tomaattisalaatti L,M,G,K,VE Maissi	Moniviljapuuro L,M,K,VE Appelsiini Naudanlihakeitto L,M,G,K Pinaattikeitto L,G,K Kananmuna Kaura-ruisämpylä L,M,K,VE Kirsikkatomaatti Pizza L,K Viikon tuorepala
VKO 32, 37, 42, 47, 52	AAMUPALA Ruishiutalepuuro L,M,K,VE Täysmehu LOUNAS Uunimakkara M,L,G,K Uuninakko L,M Perunasose L,G,K Viher-porkkana-punakaalisalaatti Sinappirelish L,M,G,K,VE VÄLIPALA Sydänsämpylä L Juusto L,G,K Kurkku	Vehnähiutalepuuro L,M,K,VE Paprika Porkkanasosekeitto L,G,K Raejuusto L,G,K Salaatinlehti Marjarahka L,G,K Viinirypäle	Kaurapuuro L,M,K,VE Kurkku Uunikirjolohi L,G,K Kasvispyörykät paprikakastikkeessa L,M,G,K,VE Peruna Marinoitu omena-kaalisalaatti L,M,G,K,VE Herne Sileä mustaherukkakiisseli L,M,G,K,VE Banaani	Ohrahiutalepuuro L,M,K,VE Päärynä Jauhelihakastike L,M,G,K Härkiskastike L,M,G,K,VE Täysjyväpasta L,M,K,VE Frisee-kurkkusalaatti L,M,G,K,VE Kirsikkatomaatti Kaura-omenapaistos L,K Vaniljakastike L,G,K	Moniviljapuuro L,M,K,VE Banaani Kalakeitto L,G,K Juustoinen kesäkeitto L,G,K Jäätelöpikari L,G,K Omenalohko Pinaattiräiskäleet L Puolukkahilloke L,M,G,K,VE Viikon tuorepala
VKO 33, 38, 43, 48	AAMUPALA Ruishiutalepuuro L,M,K,VE Täysmehu LOUNAS Broileripiivi L,M,K Porkkanapihvi L,M,G,K,VE Currykastike L,G,K Täysjyväriisi Jäävuori-hunajamelonisalaatti L,M,G,K,VE VÄLIPALA Riisipiirakka L,K Lauantaimakkara L,M,G,K Kirsikkatomaatti	Vehnähiutalepuuro L,M,K,VE Paprika Lohikiusaus L,G,K Punajuuri-aurajuustokiusaus L,G,K Sarājuures L,M,G,K,VE Kiinankaali-tomaattisalaatti L,M,G,K,VE Mansikkavispiipuro L,M,K,VE Kukkakaalipala	Kaurapuuro L,M,K,VE Mandariini Kasvispupukka L,M,G,K,VE Yrttinen kermaviilikastike L,G,K Peruna Marinoitu härkis-vihannesaalaatti L,M,G,K,VE Porkkanaraaste Riisipiipuro L,G,K Mehukeitto L,M,G,K,VE Hunajameloni pala	Ohrahiutalepuuro L,M,K,VE Porkkana Lihaperunasoselaatikko L,G,K Soijaperunasoselaatikko L,G,K Viher-kurkkusalaatti L,M,G,K,VE Hot dog L,M,K Omena	Moniviljapuuro L,M,K,VE Banaani Hernekeitto L,M,K Kasvishernekeitto L,M,K,VE Pannukakku L Marjahilloke L,M,G,K,VE Maustamaton jogurtti L,G,K Hedelmäsose L,M,G,K,VE Viikon tuorepala
VKO 34, 39, 44, 49	AAMUPALA Ruishiutalepuuro L,M,K,VE Täysmehu LOUNAS Lihapullat L,M,K Papukroketti L,M,G,K,VE Yrttikastike L,G,K Peruna Porkkanaraaste Ananas Raejuusto L,G,K VÄLIPALA Moniviljaruutu L,M,K,VE Juustoviipale L,G,K Tomaatti	Vehnähiutalepuuro L,M,K,VE Banaani Sitruunakala L,G,K Peruna Kreikkalainen kasvikiusaus L,G,K Punajuuri-omena-purjosalaatti L,M,G,K,VE Porkkanapölkky Sileä trooppinen hedelmäkiisseli L,M,G,K,VE Paprikasuikale	Kaurapuuro L,M,K,VE Appelsiini Broileri-kookoskastike L,M,G,K Kikherne-kookoskastike L,M,G,K,VE Täysjyväpasta L,M,K,VE Vihannes-juustosalaatti L,G,K Mangorahka L,G,K Viinirypäle	Ohrahiutalepuuro L,M,K,VE Kukkakaalipala Tomaatti-jauhelihapasta L,K Kasvislasagnette L,K Viher-kesäkurpitsa-paprikasalaatti L,M,G,K,VE Rukiinen cocktail-riisipiirakka L,K Kalkkunaleikkele L,M,G,K Kurkku	Moniviljapuuro L,M,K,VE Omena Kauden kasvisosekeitto L,G,K Rieska L,M,K,VE Juusto L,G,K Puolukkavispiipuro L,M,K,VE

L=laktoositon M= maidoton G= gluteeniton K= kananmunaton VE=vegaani
* syyskaudella Kaalilaatikot / kevätkaudella Maksalaatikko/Mifu-kasvisrisotto

Vihdin kunta pidättää oikeuden muuttaa ruokalista.

Käytämme suomalaista lihaa, lukuun ottamatta marinoitu broilerinliha EU-alueelta.



	MÅNDAG	TISDAG	ONSDAG	TORSDAG	FREDAG
VCK 30, 35, 40, 45, 50	FRUKOST Rågflingagröt L,M,K,VE Saft LUNCH Korvsås L,G,K Chili cin Carne L,M,G,K,VE Potatis Vitkål-gurkasallad L,M,G,K,VE Ärt Tomatstycke MELLANMÅL Flingor L,G Frukt	Veteflingagröt L,M,K,VE Tomat Broccolipuresoppa L,G,K Ost L,G,K Issallad Apelsinstycke Bär-pannacotta L,G,K	Havregrynsgröt L,M,K,VE Banan Kycklingben L,M,G,K Quinoa-grönsaksbiff L,M,G,K,VE Curry-yoghurtsås L,G,K Ris Tomat-fetasallad L,G,K	Kornflingagröt L,M,K,VE Paron Makaroni-köttfärslåda L,K Makaronsisallad L,K Morot och riven kålrot,mandarin L,M,G,K,VE Inhemska bär L,M,G,K,VE Vaniljsås L,G,K	Multigraingröt L,M,K,VE Apelsin Laxsoppa L,G,K Skogsvampsoppa L,G,K Banan Grahamsemla L Skivad kalkonfile L,M,G,K Frukt/blandning
VCK 31, 36, 41, 46, 51	FRUKOST Rågflingagröt L,M,K,VE Saft LUNCH Spensatplättor L Potatismos L,G,K Caesarsallad L,K Lignonsylt L,M,G,K,VE MELLANMÅL Rispirog L,K Mandarin	Veteflingagröt L,M,K,VE Blomkålbit Leverlåda L,M,G,K *Källåda L,M,G,K Mifu-grönsakrisotto L,G,K /*Grönsak-källåda L,M,G,K,VE Riven morot Lignonsylt L,M,G,K,VE Rivenost L,G,K	Havregrynsgröt L,M,K,VE Banan Kycklingsås L,G,K Quom i mangosås L,G Ris Rödkåtsallad L,M,G,K,VE Ärt Svartvinbärsylt L,M,G,K,VE	Kornflingagröt L,M,K,VE Morot Fiskbit L,M,K Grönsaksbiff caribben L,M,G,K,VE Gräddfillsås L,G,K Potatismos L,G,K Grön-tomatsallad, majjs L,M,G,K,VE	Multigraingröt L,M,K,VE Apelsin Nötköttssoppa L,M,G,K Spensatsoppa L,G,K Ägg Havre-rägsemla L,M,K,VE Korsbärstomat
VCK 32, 37, 42, 47 52	FRUKOST Rågflingagröt L,M,K,VE Saft LUNCH Ugnkorv M,L,G,K Ugnsojakorv L,M Potatismos L,G,K Grön-morot-rödkåtsallad L,M,G,K,VE Senaprelis L,M,G,K MELLANMÅL Semla L Ost L,G,K Gurka	Veteflingagröt L,M,K,VE Paprika Morotspuresoppa L,G,K Grynsost L,G,K Sallad Bärkvarv L,G,K Vindruva	Havregrynsgröt L,M,K,VE Gurka Ugnlax L,G,K Grönsaksbullar i paprikasås L,M,G,K,VE Potatis Marinerad apple-kåtsallad L,M,G,K,VE Ärt	Kornflingagröt L,M,K,VE Paron Köttfärsås L,M,G,K Bondbönasås L,M,G,K,VE Fullkornpasta L,M,K Frisee-gurkasallad L,M,G,K,VE Korsbärstomat	Multigraingröt L,M,K,VE Banan Fisksoppa L,G,K Ostliknande sommar soppa L,G,K Glass L,G,K Applestycke Spensatplättor L Lignonsylt L,M,G,K,VE Frukt/blandning
VCK 33, 38, 43, 48	FRUKOST Rågflingagröt L,M,K,VE Saft LUNCH Kycklingbiff L,M,K Morotbiff L,M,G,K,VE Currysås L,G,K Ris Issallad-honungsmelonsallad L,M,G,K,VE MELLANMÅL Rispirog L,K Lördag korv L,M,G,K Korsbärstomat	Veteflingagröt L,M,K,VE Paprika Laxfrestelse L,G,K Rödbeta-blåmugelostfrestelse L,G,K Starröt L,M,G,K,VE Kinakål-tomatsallad L,M,G,K,VE	Havregrynsgröt L,M,K,VE Mandarin Grönsaksfingar L,M,G,K,VE Gräddfillsås med ört L,G,K Potatis Marinerad bondböna-grönsaksallad L,M,G,K,VE Riven morot	Kornflingagröt L,M,K,VE Morot Kött- och potatismoslåda L,G,K Soja- och potatismoslåda L,G,K Grön- gurkasallad L,M,G,K,VE	Multigraingröt L,M,K,VE Banan Ärtsoppa L,M,K Grönsakrtsoppa L,M,K,VE Pannkaka L Bärsylt L,M,G,K,VE
VCK 34, 39, 44, 49	FRUKOST Rågflingagröt L,M,K,VE Saft LUNCH Köttbullar L,M,K Bonkroketter L,M,G,K,VE Örtsås L,G,K Potatis L Rivet morot Ananas Rivenost L,G,K MELLANMÅL Multigraibröd L,M,K,VE Ost L,G,K Tomat	Veteflingagröt L,M,K,VE Banan Citronfisk L,G,K Potatis Grekisk grönsaksfrestelse L,G,K Rödbet-apple-purjolöksallad L,M,G,K,VE Morot Tropical kräm L,M,G,K,VE Paprika	Havregrynsgröt L,M,K,VE Apelsin Kyckling-kokossås L,M,G,K Kikärt-kokossås L,M,G,K,VE Fullkornpasta L,M,K,VE Grönsak-ostsallad L,G,K	Kornflingagröt L,M,K,VE Blomkålbit Tomat-köttfärsfasta L,K Grönsaksagnetten L,K Grön-sommarsquash-paprikasallad L,M,G,K,VE	Multigraingröt L,M,K,VE Äpple Grönsakspure-soppa L,G,K Tunnbröd L,M,K,VE Ost L,G,K