

Vko 32,37,42,47,52	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
<b>Aamupala</b>	Ruishiutalepuuro L,M,K,VE Appelsiinitäysmehu	Kaurapuuro L,M,K,VE Kaakao L,G,K Kurkku	Vehnähiutalepuuro L,K Mandariini	4-viljanmurot L,M,K,VE Päärynä Rieska L,M,K,VE	Moniviljapuuro L,M,K,VE Porkkana
<b>Lounas</b>	Lihapullat L,M,K Vegenakko L,M,G,K,VE Yrttikastike L,G,K Keitetyt perunat L,M,G,K,VE Salaattipöytä	Riisipuuro L,G,K Kotimaiset marjat L,M,G,K,VE Porkkana	Broileripatukka L,M,G Punajuuri-pyörykkä L,M,G,K,VE Täysjyväriisi L,M,G,K,VE Curry-jogurttikastike L,G,K Salaattipöytä	Kirjolohikeitto L,G,K Pinaattikeitto L,G,K Mandariini Saaristolaisleipä L,M,K,VE	Makaroni-jauhelihavuoka L,K Nyhtis-pyttis L,M,K,VE Salaattipöytä
<b>Välipala</b>	4-viljanmurot L,M,K,VE Banaani	Porkkana-grahampiiirakka L,M,K,VE Vesimeloni	Vadelmakiisseli L,M,G,K,VE Omena	Marjasmoothie L,G,K	Mustikkarahka L,G,K
<b>Vko 33,38,43,48</b>	<b>Maanantai</b>	<b>Tiistai</b>	<b>Keskiviikko</b>	<b>Torstai</b>	<b>Perjantai</b>
<b>Aamupala</b>	Ruishiutalepuuro L,M,K,VE Omenatäysmehu	Kaurapuuro L,M,K,VE Kaakao L,G,K Kurkku	Vehnähiutalepuuro L,K Mandariini	4-viljanmurot L,M,K,VE Päärynä Rieska L,M,K,VE	Moniviljapuuro L,M,K,VE Porkkana
<b>Lounas</b>	Makkarakastike L,G,K Chili sin carne L,M,G,K,VE Keitetyt perunat L,M,G,K,VE Salaattipöytä	Pinaattiohukaiset L Puolukkahilloke L,M,G,K,VE Perunasose L,G,K Salaattipöytä	Butter chicken L,G,K Quorn-mangokastike Täysjyväriisi L,M,G,K,VE Salaattipöytä	Hernekeitto L,M,K Metsäsienikeitto L,G,K Pannukaku L Mansikkavalmiste L,M,G,K,VE	Kalapala L,M,K Porkkananappi L,M,G,K,VE Tiili-kermaviilikastike L,G,K Perunasose L,G,K Salaattipöytä
<b>Välipala</b>	Grahamsämpylä L,K Juusto L,G,K Kirsikkatomaatti	Suklaakiisseli L,G,K Omena	Jauhelihapizza L,K Viinirypäle	Mangorahka L,G,K	Riisipiirakka L, K Kalkkunaleikkele L,M,G,K Viikon tuorepala
<b>Vko 34,39,44,49</b>	<b>Maanantai</b>	<b>Tiistai</b>	<b>Keskiviikko</b>	<b>Torstai</b>	<b>Perjantai</b>
<b>Aamupala</b>	Ruishiutalepuuro L,M,K,VE Appelsiinitäysmehu	Kaurapuuro L,M,K,VE Kaakao L,G,K Kurkku	Vehnähiutalepuuro L,K Mandariini	4-viljanmurot L,M,K,VE Päärynä Rieska L,M,K,VE	Moniviljapuuro L,M,K,VE Porkkana
<b>Lounas</b>	Broileripihvi L,M,G,K Porkkanapihvi L,M,G,K,VE Currykastike L,G,K Keitetyt perunat Salaattipöytä	Nyhtis-pyttis L,M,K,VE Salaattipöytä	Kalakepukka L,M,G,K Tartarkastike L,G Kasvispyörykät L,M,G,K,VE Peruna Salaattipöytä	Kauden kasvisseoseitto L,G,K Paahdetut kikherneet L,M,G,K,VE Rieska L,M,K,VE Juusto L,G,K	Kirjolohikiusaus L,G,K Makaroni-soijavuoka L,K Keitetty pikkuporkkana Salaattipöytä
<b>Välipala</b>	Kaurainen sämpylä L,M,K Hummus L,M,G,K,VE Porkkanapölkky	Marja-pannacotta L	Hedelmäkiisseli L,M,G,K,VE Banaani	Riisipuuro L,G,K Hedelmäsose L,M,G,K,VE	Banaanijogurtti L,G,K Viikon tuorepala
<b>Vko 35,40,45,50</b>	<b>Maanantai</b>	<b>Tiistai</b>	<b>Keskiviikko</b>	<b>Torstai</b>	<b>Perjantai</b>
<b>Aamupala</b>	Ruishiutalepuuro L,M,K,VE Omenatäysmehu	Kaurapuuro L,M,K,VE Kaakao L,G,K Kurkku	Vehnähiutalepuuro L,K Mandariini	4-viljanmurot L,M,K,VE Päärynä Rieska L,M,K,VE	Moniviljapuuro L,M,K,VE Porkkana
<b>Lounas</b>	Uunimakkara L,M,G,K Vegenugetti L,K,VE Perunasose L,G,K Salaattipöytä	Lasagnette NoMince L,K Salaattipöytä Salaattipöytä	Kalakeitto L,G,K Parsakaalisosekeitto L,G,K Banaani Raejuusto L,G,K	Broilerilaatikko L,G,K Punajuuri-sinihomejuustovuoka L,G,K	Jauhelihakastike L,M,G,K Härkiskastike L,M,G,K,VE Täysjyväpasta L,M,K,VE Salaattipöytä
<b>Välipala</b>	Riisipiirakka L,K Juusto L,G,K Kurkku	Mustaherukkakiisseli L,M,G,K,VE Tuorepala	Marjarahka L,G,K	Suklaa-banaanismoothie L, K, G	Luonnonjogurtti L,G,K Hedelmäsose L,M,G,K,VE
<b>Vko 36,41,46,51</b>	<b>Maanantai</b>	<b>Tiistai</b>	<b>Keskiviikko</b>	<b>Torstai</b>	<b>Perjantai</b>
<b>Aamupala</b>	Ruishiutalepuuro L,M,K,VE Appelsiinitäysmehu	Kaurapuuro L,M,K,VE Kaakao L,G,K Kurkku	Vehnähiutalepuuro L,K Mandariini	4-viljanmurot L,M,K,VE Päärynä Rieska L,M,K,VE	Moniviljapuuro L,M,K,VE Porkkana
<b>Lounas</b>	Broilerikastike L,G,K Butter quorn L,M Täysjyväriisi L,M,G,K,VE Salaattipöytä	Turskapihvi L,M,K Kasviskepukka L,M,G,K,VE Tartarkastike L,G Perunasose L,G,K Salaattipöytä	Tomaatti-jauhelihapasta L,K Härkispata L,M,K,VE Salaattipöytä	Cowboykeitto L,G,K Kasvishernekeitto L,M,K,VE Kaurainen sämpylä L,M,K Kurkku	Jauhelihaperunasoselaatikko L,G,K Soijaperunasoselaatikko L,G,K Salaattipöytä
<b>Välipala</b>	Grahamsämpylä L,K Kalkkunaleikkele L,M,G,K Kirsikkatomaatti	Mansikkakiisseli L,M,G,K,VE Viinirypäle	Mustikkakukko L Vaniljakastike L,G,K	Puolukkavispijuuro L,M,K,VE Omena	Hedelmäsmoothie L,G,K Viikon tuorepala

Vihdin kunta pidättää oikeuden muuttaa ruokalistaa.  
Broilerin-, naudan- ja sianliha ovat suomalaista.

Kirjainmerkit: L= Laktoositon, M= Maidoton, G= Gluteeniton, K= Kananmunaton, VE= Vegaaninen  
Ruokalista on perusrunko ja ajantasalla oleva ruokalista on esillä JAMIX MENU:ssa [www.jamix.fi/menu](http://www.jamix.fi/menu)