

## Viikko 4

Maanantai 23.01.2023	Tiistai 24.01.2023	Keskiviikko 25.01.2023	Torstai 26.01.2023	Perjantai 27.01.2023	Lauantai 28.01.2023	Sunnuntai 29.01.2023
<b>Aamupala</b> Kaurapuuro Aamupalalisäkkeet L Kahvi/tee	<b>Aamupala</b> Ruishiutalepuuro Aamupalalisäkkeet L Kahvi/tee	<b>Aamupala</b> Neljänviljanpuuro Aamupalalisäkkeet L Kahvi/tee	<b>Aamupala</b> Vehnähiutalepuuro Aamupalalisäkkeet L Kahvi/tee	<b>Aamupala</b> Kaurapuuro Aamupalalisäkkeet L Kahvi/tee	<b>Aamupala</b> Ohrahiutalepuuro Aamupalalisäkkeet L Kahvi/tee	<b>Aamupala</b> Riisihiutalepuuro Aamupalalisäkkeet L Kahvi/tee
<b>Lounas</b> Jauhelihaliääryle Perunasose Ruskea kastike Lämmin kasvis, porkkana Vihersalaatti Aprikoosikiisseli Leipä/levite/juomat L	<b>Lounas</b> Lohimurekepihvit Perunasose Kermaviilikastike Lämmin kasvis, vihannessekoitus Vihersalaatti Kahvikiisseli Leipä/levite/juomat L	<b>Lounas</b> Liha-makaronilaatikko Lämmin kasvis, vihannessekoitus Punajuurisalaatti Mansikkarahka Leipä/levite/juomat L	<b>Lounas</b> Uunimakkara Ruskea kastike Perunasose Lämmin kasvis, puutarhurin kasvis Kurkku-melonisalaatti Omenakiisseli Leipä/levite/juomat L	<b>Lounas</b> Smetanalohi Perunaa Lämmin kasvis, vihannessekoitus Vihersalaatti Ruusunmarjakiisseli Leipä/levite/juomat L	<b>Lounas</b> Nikolainpata (kermanainen liha- Maustekurkkusalaatti Hedelmärahka Leipä/levite/juomat L	<b>Lounas</b> Broilervuoka Tomaattia Kurkkua Puolukkakiisseli Leipä/levite/juomat L
<b>Päiväkahvi</b> Kahvi/tee Makea kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvi/tee Makea kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvi/tee Makea kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvi/tee Makea kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvi/tee Makea kahvileipä	<b>Päiväkahvi</b> Kahvi/tee Vaniljakernajäätelö	<b>Päiväkahvi</b> Kahvi/tee Makea kahvileipä
<b>Päivällinen</b> Purjo-perunasosekeitto Leipä/levite/juomat L	<b>Päivällinen</b> Jauhelihakeitto Leipä/levite/juomat L	<b>Päivällinen</b> Kirjolahikeitto Leipä/levite/juomat L	<b>Päivällinen</b> Tomaattinen broilerkeitto Leipä/levite/juomat L	<b>Päivällinen</b> Bataatti-porkkanasosekeitto Tuorejuusto Leipä/levite/juomat L	<b>Päivällinen</b> Kalakeitto Leipä/levite/juomat L	<b>Päivällinen</b> Makkarakeitto Leipä/levite/juomat L
<b>Iltapala</b> Marjaisa curapuuro Iltapalalisäkkeet L Kahvi/tee	<b>Iltapala</b> Mustaherukkapuuro Iltapalalisäkkeet L Kahvi/tee	<b>Iltapala</b> Ruispuolukkapuuro Iltapalalisäkkeet L Kahvi/tee	<b>Iltapala</b> Munakas Iltapalalisäkkeet L Kahvi/tee	<b>Iltapala</b> Puolukka-vadelpapuuro Iltapalalisäkkeet L Kahvi/tee	<b>Iltapala</b> Kaurapuuro Iltapalalisäkkeet L Kahvi/tee	<b>Iltapala</b> Hedelmäpuuro Iltapalalisäkkeet L Kahvi/tee

ENERGIA EA. 1890 kcal PROTEIINI EA. 74g