

RUOKALISTA		Koti Vuokatti					
VK 1	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
Aamupala	Kaurapuuro	Neljänviljanpuuro	Mannapuuro	Ruishiutalepuuro	Vehnähiutalepuuro	Neljänviljanpuuro	Riisipuuro
	Maito/mehu/vesi	Maito/mehu/vesi	Maito/mehu/vesi	Maito/mehu/vesi	Maito/mehu/vesi	Maito/mehu/vesi	Maito/mehu/vesi
	Kahvi/tee/kaakao	Kahvi/tee/kaakao	Kahvi/tee/kaakao	Kahvi/tee/kaakao	Kahvi/tee/kaakao	Kahvi/tee/kaakao	Kahvi/tee/kaakao
	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite
	Leivänpäälliset ja kasvis	Leivänpäälliset ja kasvis	Leivänpäälliset ja kasvis	Leivänpäälliset ja kasvis	Leivänpäälliset ja kasvis	Leivänpäälliset ja kasvis	Leivänpäälliset ja kasvis
	Jugurtti, murot	Jugurtti, murot	Jugurtti, murot	Jugurtti, murot	Jugurtti, murot	Jugurtti, murot	Jugurtti, murot
Lounas	Jauheliha- perunasosevuoka	Kasvis- hernekeitto	Jauhelihakeitto	Maksalaatikko Puolukkasurvos	Possukastike Annosperunat	Porkkanasosekeitto	Merimiespata
	Lämmin kasvis	Leipä, levite	Tuorekurkku	Porkkanaraaste		Tuorekurkku	Puolukkasurvos
	Salaatti, salaatinkestike	Juusto	Leipä, levite	Salaatinkestike	Salaatti, salaatinkestike	Leipä, levite	Salaatti, salaatinkestike
	Leipä, levite			Leipä, levite	Leipä, levite	Ruokajuomat	Leipä, levite
	Ruokajuomat	Ruokajuomat	Ruokajuomat	Ruokajuomat	Ruokajuomat		Ruokajuomat
	Kerroskiisseli	Pannukakku + hillo	Rahka	Marjakiisseli	Hedelmäsalaatti	Suklaamousse	Jäätelö
Välipala	Kahvi/tee/kaakao	Kahvi/tee/kaakao	Kahvi/tee/kaakao	Kahvi/tee/kaakao	Kahvi/tee/kaakao	Kahvi/tee/kaakao	Kahvi/tee/kaakao
	Kahvileipä	Täytekeksi	Karjalanpiirakka	Kahvileipä	Kahvileipä	Kahvileipä	Pulla
Päivällinen	Lohikeitto	Makkarakastike	Broileripasta- vuoka	Lihapiirakat Nakit	Lohipyörökät Perunasose	TOIVERUOKA	Bataatti-kookoskeitto
	Suolakurkku	Lämmin kasvis	Ananas	Kurkkusalaatti	Lämmin kasvis		Leikkele
	Leipä, levite, juusto	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite		Leipä, levite
	Ruokajuomat	Ruokajuomat	Ruokajuomat	Ruokajuomat	Ruokajuomat		Ruokajuomat
Iltapala	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Liha-riisipasteija	Leipä, levite	Sämpylä
	Tee/Kaakao/Mehu	Tee/Kaakao/Mehu	Tee/Kaakao/Mehu	Tee/Kaakao/Mehu	Tee/Kaakao/Mehu	Tee/Kaakao/Mehu	Tee/Kaakao/Mehu
	Jugurtti	Leikkele	Juusto	Leikkele	Hedelmä	Leikkele, tomaatti	Tuorekurkku
	Maksamakkara	Hedelmä	Vesimeloni	Hedelmä	Smoothie	Jugurtti	Juusto
	Tuorekurkku	Murot					Murot

RUOKALISTA Koti Vuokatti

VK 2

Aamupala	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
	Kaurapuuro	Neljänviljanpuuro	Mannapuuro	Ruishiutalepuuro	Vehnähiutalepuuro	Neljänviljanpuuro	Riisipuuro
	Maito/mehu/vesi	Maito/mehu/vesi	Maito/mehu/vesi	Maito/mehu/vesi	Maito/mehu/vesi	Maito/mehu/vesi	Maito/mehu/vesi
	Kahvi/tee/kaakao	Kahvi/tee/kaakao	Kahvi/tee/kaakao	Kahvi/tee/kaakao	Kahvi/tee/kaakao	Kahvi/tee/kaakao	Kahvi/tee/kaakao
	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite
	Leivänpäälliset ja kasvis	Leivänpäälliset ja kasvis	Leivänpäälliset ja kasvis	Leivänpäälliset ja kasvis	Leivänpäälliset ja kasvis	Leivänpäälliset ja kasvis	Leivänpäälliset ja kasvis
	Jugurtti, murot	Jugurtti, murot	Jugurtti, murot	Jugurtti, murot	Jugurtti, murot	Jugurtti, murot	Jugurtti, murot
Lounas	Broilerikiusaus	Jauheliha-	Broilerikastike	Lasangette	Kananugetit	Lihapullakastike	Karjalanpaisti
		perunalaatikko	Riisi		Perunasose	Annosperuna	Perunasose
	Lämmin kasvis	Lämmin kasvis			Lämmin kasvis		Lämmin kasvis
	Salaatti, salaatinkestike	Salaatti, salaatinkestike	Salaatti, salaatinkestike	Salaatti, salaatinkestike		Salaatti, salaatinkestike	
	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite
	Ruokajuomat	Ruokajuomat	Ruokajuomat	Ruokajuomat	Ruokajuomat	Ruokajuomat	Ruokajuomat
	Paahtokisseli	Jälkiruoka	Rahka	Appelsiiniiriisi	Suklaakisseli	Kuningatarkiisseli	Jäätelö
Välipala	Kahvi/tee/kaakao	Kahvi/tee/kaakao	Kahvi/tee/kaakao	Kahvi/tee/kaakao	Kahvi/tee/kaakao	Kahvi/tee/kaakao	Kahvi/tee/kaakao
	Kahvileipä	Kahvileipä	Kahvileipä	Kahvileipä	Kahvileipä	Kahvileipä	Kahvileipä
Päivällinen	Makkarakeitto	Broilerikeitto	Lohikiusaus	Pinaattikeitto	Juustoinen-	TOIVERUOKA	Lihakeitto
	Juusto	Juusto	Suolakurkku	Kananmuna	savulohikeitto		
	Tuorekurkku	Tomaatti	Salaatti, salaatinkestike		Suolakurkku		Juusto
	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite		Leipä, levite
	Ruokajuomat	Ruokajuomat	Ruokajuomat	Ruokajuomat	Ruokajuomat		Ruokajuomat
Iltapala	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Munakas	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite
	Tee/Kaakao/Mehu	Tee/Kaakao/Mehu	Tee/Kaakao/Mehu	Tee/Kaakao/Mehu	Tee/Kaakao/Mehu	Tee/Kaakao/Mehu	Tee/Kaakao/Mehu
	Leikkele	Murot	Tomaatti	Leipä, levite	Juusto	Leikkele	Leipä, levite
	Tomaatti	Hedelmä	Leikkele	Paprika	Murot	Kurkku	Juusto
	Jogurtti				Jogurtti	Hedelmä	Corn flakes

RUOKALISTA

VK 3	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
Aamupala	Kaurapuuro	Nejänviljanpuuro	Mannapuuro	Ruishiutalepuuro	Vehnähiutalepuuro	Nejänviljanpuuro	Riisipuuro
	Maito/mehu/vesi	Maito/mehu/vesi	Maito/mehu/vesi	Maito/mehu/vesi	Maito/mehu/vesi	Maito/mehu/vesi	Maito/mehu/vesi
	Kahvi/tee/kaakao	Kahvi/tee/kaakao	Kahvi/tee/kaakao	Kahvi/tee/kaakao	Kahvi/tee/kaakao	Kahvi/tee/kaakao	Kahvi/tee/kaakao
	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite
	Leivänpäälliset ja kasvis	Leivänpäälliset ja kasvis	Leivänpäälliset ja kasvis	Leivänpäälliset ja kasvis	Leivänpäälliset ja kasvis	Leivänpäälliset ja kasvis	Leivänpäälliset ja kasvis
	Jugurtti, murot	Jugurtti, murot	Jugurtti, murot	Jugurtti, murot	Jugurtti, murot	Jugurtti, murot	Jugurtti, murot
Lounas	Pinaattiletut	Bolognesekastike	Jauhelihipihvit, kastike	Tonnikalapasta-	Lihajuurespata	Kasvishernekeitto	Kalapuikot
	Perunasose	Spagetti	Perunasose	vuoka	Riisi		Perunasose
	Lämmin kasvis					Juusto	he-ma-pa
	Puolukkahillo	Salaatti, salaatinkastike	Salaatti, salaatinkastike	Salaatti, salaatinkastike	Salaatti, salaatinkastike	Suolakurkku	Salaatti, salaatinkastike
	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite
	Ruokajuomat	Ruokajuomat	Ruokajuomat	Ruokajuomat	Ruokajuomat	Ruokajuomat	Ruokajuomat
	Marjakiisseli	Vispipuuro	Hedelmäkiisseli	Mangorahka	Jäätelö	Suklaavanukas	Kuningatarkiisseli
Välipala	Kahvi/ tee	Kahvi/ tee	Kahvi/ tee	Kahvi/ tee	Kahvi/ tee	Kahvi/ tee	Kahvi/ tee
	Kahvileipä	Kahvileipä	Kahvileipä	Kahvileipä	Kahvileipä	Kahvileipä	Mokkapala
Päivällinen	Jauhelihakeitto	Nakkikeitto	Kaalilaatikko	Grillitassut	Kebabkiausaus	TOIVERUOKA	Kasvislasagne
	Juusto		Puolukkasurvos	Perunasose			Punajuuri
	Suolakurkku	Juusto	Salaatti, salaatinkastike	Salaatti, salaatinkastike	Salaatti, salaatinkastike		Lämmin kasvis
	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite		Leipä, levite
	Ruokajuomat	Ruokajuomat	Ruokajuomat	Ruokajuomat	Ruokajuomat		Ruokajuomat
Iltapala	Leipä, levite	Leipä, levite	Riisipiirakka	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Vaniljavanukas
	Tee/Kaakao/Mehu	Tee/Kaakao/Mehu	Tee/Kaakao/Mehu	Tee/Kaakao/Mehu	Tee/Kaakao/Mehu	Tee/Kaakao/Mehu	Tee/Kaakao/Mehu
	Leikkele	Paprika	Jugurtti	Juusto	Jugurtti	Tomaatti	Leipä, levite
	Smoothie	Murot	Leikkele	Hedelmä	Vesimeloni	Murot	Leikkele
			Hedelmä				Tomaatti

RUOKALISTA

VK 4	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
Aamupala	Kaurapuuro	Neljänviljanpuuro	Mannapuuro	Ruishiutalepuuro	Vehnähiutalepuuro	Neljänviljanpuuro	Riisipuuro
	Maito/mehu/vesi	Maito/mehu/vesi	Maito/mehu/vesi	Maito/mehu/vesi	Maito/mehu/vesi	Maito/mehu/vesi	Maito/mehu/vesi
	Kahvi/tee/kaakao	Kahvi/tee/kaakao	Kahvi/tee/kaakao	Kahvi/tee/kaakao	Kahvi/tee/kaakao	Kahvi/tee/kaakao	Kahvi/tee/kaakao
	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite
	Leivänpäälliset ja kasvis	Leivänpäälliset ja kasvis	Leivänpäälliset ja kasvis	Leivänpäälliset ja kasvis	Leivänpäälliset ja kasvis	Leivänpäälliset ja kasvis	Leivänpäälliset ja kasvis
	Jugurtti, murot	Jugurtti, murot	Jugurtti, murot	Jugurtti, murot	Jugurtti, murot	Jugurtti, murot	Jugurtti, murot
Lounas	Kasvispihvit, kastike	Lohikiusaus	Uunimakkara	Linssipasta	Kasviskiusaus	Karjalanpaisti	Makaronilaatikko
	Perunat		Perunasose			Perunasose	
						Puolukkasurvos	
	Lämmin kasvis	Lämmin kasvis	Salaatti, salaatinkastike	Salaatti, salaatinkastike	Raejuusto	Lämmin kasvis	Salaatti, salaatinkastike
	Leipä, levite	Suolakurkku	Punajuuri	Raejuusto	Salaatti, salaatinkastike		
	Ruokajuomat	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite
		Ruokajuomat	Ruokajuomat	Ruokajuomat	Ruokajuomat	Ruokajuomat	Ruokajuomat
	Rahka	Kiisseli	Vadelmarahaka	Maitokiisseli	Omenakiisseli	Hedelmäsalaaatti	Vaniljavanukas
Välipala	Kahvi/ tee	Kahvi/ tee	Kahvi/ tee	Kahvi/ tee	Kahvi/ tee	Kahvi/ tee	Kahvi/ tee
	Kahvileipä	Kahvileipä	Kahvileipä	Kahvileipä	Pannukakku	Kahvileipä	Marjapiirakka
Päivällinen	Kinkkukiusaus	Kasvispastavuoka	Kermanainen kanakeitto	Makkarakieitto	Tonnikalapastavuoka	TOIVERUOKA	Juustomestarin lohi
							Annosperuna
	Porkkanaraaste	Raejuusto	Tomaatti	Juusto	Lämmin kasvis		Lämmin kasvis
	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite		Leipä, levite
	Ruokajuomat	Ruokajuomat	Ruokajuomat	Ruokajuomat	Ruokajuomat		Ruokajuomat
Iltapala	Leipä, levite	Liha-riisipasteija	Leipä, levite	Leipä, levite	Karjalanpiirakka	Leipä, levite	Leipä, levite
	Tee/Kaakao/Mehu	Tee/Kaakao/Mehu	Tee/Kaakao/Mehu	Tee/Kaakao/Mehu	Tee/Kaakao/Mehu	Tee/Kaakao/Mehu	Tee/Kaakao/Mehu
	Jugurtti	Hedelmä	Juusto	Jugurtti	Jugurtti	Murot	Maksamakkara
	Leikkele	Smoothie	Kurkku	Leikkele	Leikkele	Juusto	Tuorekurkku
	Tuorekurkku		Hedelmä	Paprika	Tuorekurkku	Hedelmä	

RUOKALISTA

VK 5

Aamupala	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
	Kaurapuuro	Neljänviljanpuuro	Mannapuuro	Ruishiutalepuuro	Vehnähiutalepuuro	Neljänviljanpuuro	Riisipuuro
	Maito/mehu/vesi	Maito/mehu/vesi	Maito/mehu/vesi	Maito/mehu/vesi	Maito/mehu/vesi	Maito/mehu/vesi	Maito/mehu/vesi
	Kahvi/tee/kaakao	Kahvi/tee/kaakao	Kahvi/tee/kaakao	Kahvi/tee/kaakao	Kahvi/tee/kaakao	Kahvi/tee/kaakao	Kahvi/tee/kaakao
	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite
	Leivänpäälliset ja kasvis	Leivänpäälliset ja kasvis	Leivänpäälliset ja kasvis	Leivänpäälliset ja kasvis	Leivänpäälliset ja kasvis	Leivänpäälliset ja kasvis	Leivänpäälliset ja kasvis
	Jugurtti, murot	Jugurtti, murot	Jugurtti, murot	Jugurtti, murot	Jugurtti, murot	Jugurtti, murot	Jugurtti, murot
Lounas	Porkkanasekeitto	Pinaattikeitto	Punajuurise-	Linssikeitto	Perunavelli	Riista-pekoni-	Lihapullat
		Kananmuna	keitto		Ruisleipä	Käristys	Perunamuusi
						Annos peruna	
	Juusto		Raejuusto	Juusto			Puolukkasurvos
	Tuorekurkku	Tomaatti	Paprika	Tuorekurkku	Suolakurkku	Lämmin kasvis	Salaatti, salaatinkastike
	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite
	Ruokajuomat	Ruokajuomat	Ruokajuomat	Ruokajuomat	Ruokajuomat	Ruokajuomat	Ruokajuomat
	Rahka	Kiisseli	Appelsiiniiriisi	Suklaakiisseli	Mangorahka	Hedelmäsalatti	Jäätelö
Välipala	Kahvi/ tee	Kahvi/ tee	Kahvi/ tee	Kahvi/ tee	Kahvi/ tee	Kahvi/ tee	Kahvi/ tee
	Kahvileipä	Marjapiirakka	Riisipiirakka	Sämpylä	Kahvileipä	Kahvileipä	Pulla
Päivällinen	Broilerikiusaus	Kalapuikot	Lohivuoka	Kebabkiusaus	Broileri Paprigano	TOIVERUOKA	Kermanen kanakeitto
		Perunasose			Riisi		
	Salaatti, salaatinkastike	Lämmin kasvis	Lämminkasvis	Salaatti, salaatinkastike	Salaatti, salaatinkastike		Tuorekurkku
	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite	Leipä, levite		Leipä, levite
	Ruokajuomat	Ruokajuomat	Ruokajuomat	Ruokajuomat	Ruokajuomat		Ruokajuomat
Iltapala	Leipä, levite	Marjarahka	Leipä, levite	Smoothie	Leipä, levite	Murot	Leipä, levite
	Tee/Kaakao/Mehu	Tee/Kaakao/Mehu	Tee/Kaakao/Mehu	Tee/Kaakao/Mehu	Tee/Kaakao/Mehu	Tee/Kaakao/Mehu	Tee/Kaakao/Mehu
	Leikkele	Leipä, levite	Corn flakes	Leipä, levite	Mehukeitto	Leipä, levite	Jugurtti
	Paprika	Leikkele	Juusto	Leikkele	Juusto	Leikkele	Juusto
	Hedelmä		Tuorekurkku	Paprika	Tomaatti	Hedelmä	

Ruokalistamuutokset mahdollisia.