

VK	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
1	<b>Broileripaistos / Herkuttelijan kasvikiusaus,</b> raaste	<b>Kuntoilijan puuro,</b> kiisseli, grahampiiirakka, tuorepala	<b>Lihakastike / Meksikolainen papukastike,</b> perunat, salaatti	<b>Lohikeitto/ ,Tomaattinen sosekeitto ja paahdetut kikherneet,</b> tuore leipä, juusto, tuorepala	<b>Jauhelihamakaroni-laatikko / Taco-maustettu härkisrisotto,</b> paahdetut juureskuutiot, salaatti
2	<b>Lihapullat / Kasvispyörökät,</b> kastike, perunasose, raaste	<b>Linssibolognesekastike,</b> perunat, salaatti	<b>Uunikala / Falafelpaistos,</b> perunat, salaatti	<b>Aurinkoinen broilerikeitto / Kasviskookoskeitto,</b> pehmeä leipä, juusto, tuorepala	<b>Lasagnette / Kasvislasagnette,</b> salaatti
3	<b>Broilerikastike / Kasvikastike,</b> ohrahelmi, salaatti	<b>Talon päivä</b>	<b>Koululaisen kalaleike/ Kasvismureke,</b> kermaviilikastike, perunasose, salaatti	<b>Jauhelihamakeitto / Minestronekeitto,</b> tuoreleipä, juusto, tuorepala	<b>Uunimakkara / Kukkakaaliwingsit,</b> perunasose, salaatti
4	<b>Lihamureke / Kasvispihvit,</b> kastike, perunasose, raaste	<b>Mannapuuro,</b> marjat, tuoreleipä, kananmuna, tuorepala	<b>Tonnikalapastavuoka / Uunipasta,</b> salaatti	<b>Nakkikastike / Kasvisnakkikastike,</b> perunat, salaatti	<b>Hernekeitto / Kasvishernekeitto,</b> tuoreleipä, juusto, tuorepala Letut ja hilloke
5	<b>Kirjolohipyörökät / Kasvispyörökät,</b> kastike, perunat, raaste	<b>Broilerikiusaus / Puna-juurikiusaus,</b> salaatti	<b>Mustamakkara / Makaronilaatikko soijarouheesta,</b> perunasose, salaatti, puolukkahillo	<b>Kahden kalan keitto / Eggie-minestronekeitto,</b> rukiinen karjalanpiirakka, juusto, tuorepala	<b>Jauhelihamaperunasoselaatikko / Italianpata,</b> lämmin kasvis, salaatti
6	<b>Possukastike / Chili sin carne,</b> perunat, raaste	<b>Kaksi kalaa sitruunakastikkeessa / Curryinen paistos,</b> perunat, salaatti	<b>Broilerinuudeliavuoka/ Tofu-nuudeliavuoka,</b> raaste	<b>Jauhelihamakastike / Bolognesekastike,</b> tumma minispagetti, salaatti	<b>Pinaattiohukaiset,</b> kastike, perunat, puolukkahillo, salaatti

Ateriaan kuuluu myös rasvatonta maitoa/piimää, runsaskuituista näkkileipää, kasvimargariinia ja salaattinkastike kun tarjolla on salaattia. Salaatit tarjotaan komponentteina.