

Kaneliomenan lounaslista  
5.8. - 18.10.2024

Ruokalista 1

05.08.2024 - 18.10.2024 sivu 1

**Viikko 32**

Maanantai 05.08.2024

Tiistai 06.08.2024

Keskiviikko 07.08.2024

Torstai 08.08.2024

Perjantai 09.08.2024

<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>
Juusto-broilerkeittoa LA, G	Savukanakiusausta LA, G	Lindströmin pihvejä LA	Jauheliihakastiketta MA	Siskonmakkarakeittoa MA, G
Juusto-kasviskeittoa LA, G, *	Voimapapuspeltilasagnettea LA, *	Mexican kasvispihvejä LA, G, *	Härkäpapuwockkia MA *	Kesäkeittoa, LA, G, *
Kurkkuviipaleita MA, G	Jäävuori-punakaali-persikkasalaattia MA,	Roseepippurikastiketta LA, G	Perunaa MA, G	Riisipiirakka LA
Maalaissämpylää MA	Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luom	Perunaa MA, G	Jäävuori-kurkku-hernesalaattia MA, G	Juustoa, Edam LA, G
Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luom		Porkkanaraastetta MA, G	Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luom	Kurkkuviipaleita MA, G
Jogurttipikari, päärynä, LA		Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luom		Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luom

**Kaneliomenan lounaslista**  
**5.8. - 18.10.2024**

**Ruokalista** 1

**05.08.2024 - 18.10.2024** sivu 2

**Viikko 33**

Maanantai 12.08.2024

Tiistai 13.08.2024

Keskiviikko 14.08.2024

Torstai 15.08.2024

Perjantai 16.08.2024

<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>
Lasagnettea LA	Kasvissosekeittoa LA, G, *	Kanakebabvuokaa LA, G	Itämeren kalapihvejä LA, G	Tortillaa MA
Kasvis-härkisvuokaa LA, *	Raejuustoa LA, G	Kasvispastapaistosta LA, *	Mexican kasvispihvejä LA, G, *	Kanasuikaleita MA, G
Jäävuorisalaattia MA, G	Grahamlihapirakkaa LA	Porkkanaraastetta MA, G	Kermaviilikastiketta LA, G	Vege-suikaleita, MA
Kurkkukuutioita MA, G	Porkkana-grahampirakka MA, *	Kurkkusuikaleita MA, G	Perunaa MA, G	Salsaa, MA, G
Salaattijuustoa LA, G	Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomum:	Maissia MA, G	Punajuuri-omenaraastetta MA, G	Valkosipulikermaviilikastiketta LA, G
Oliiveja MA, G	Banaania	Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomum:	Jäävuorisalaattia MA, G	Jäävuorisalaattia MA, G
Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomum:			Luomu ruisleipää MA	Tomaattikuutioita MA, G
			Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luom:	Kurkkusuikaleita MA, G
				Jalapenoja MA, G
				Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomum:

Kaneliomenan lounaslista  
5.8. - 18.10.2024

<b>Ruokalista</b>	1
<b>05.08.2024 - 18.10.2024</b>	sivu 3

**Viikko 34**

Maanantai 19.08.2024	Tiistai 20.08.2024	Keskiviikko 21.08.2024	Torstai 22.08.2024	Perjantai 23.08.2024
<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>
Jauhelihapastapaistosta LA	Makkarakastiketta MA	Lohiperunavuokaa LA, G	Kalkkunakastiketta LA, G	Juusto-broilerkeittoa LA, G
Kreikkalaista kiusausta LA, G, *	Kookosmifua LA, G, *	Voimapapuspeltilasagnettoa LA, *	Tomaattista herne-kasviskastiketta, MA, *	Juustoista hernesosekeittoa LA, G, *
Jäävuorisalaattia MA, G	Perunaa MA, G	Kaaliraastetta MA, G	Perunaa MA, G	Paprikaa MA, G
Vesimelonikolmioita MA, G	Kukkakaali-kurkku-ananassalaattia MA, G	Tillikurkkua MA, G	Porkkanaraastetta MA, G	Kurkkuviipaleita MA, G
Kurkkukuutioita MA, G	Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomum:	Punajuurikuutioita MA, G	Kurkkusuikaleita MA, G	Kaurainen sämpylä MA
Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomum:		Luomu ruisleipää MA	Herneitä MA, G	Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luom
		Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luom	Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomum:	Omenaa

Kaneliomenan lounaslista  
5.8. - 18.10.2024

Ruokalista 1

05.08.2024 - 18.10.2024 sivu 4

Viikko 35

Maanantai 26.08.2024

Tiistai 27.08.2024

Keskiviikko 28.08.2024

Torstai 29.08.2024

Perjantai 30.08.2024

Lounas

TexMexvuokaa LA, G  
Kasvismakaronilaatikka LA, \*  
Jäävuorisalaattia MA, G  
Maissia MA, G  
Paprikakuutioita MA, G  
Jalapenoja MA, G  
Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomum:

Lounas

Butter chicken LA, G  
Papu-juustokastiketta LA, G, \*  
Ohrhelmiä MA  
Jäävuorisalaattia MA, G  
Punakaaliraastetta MA, G  
Persikkaa MA, G  
Ruissämpylää MA  
Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luom

Lounas

Spelttihelmipuuroa  
Kuningatarhilloketta MA, G  
Leikkelettä, kinkku MA, G  
Juustoa, Edam LA, G  
Kurkkupölkkyjä MA, G,  
Porkkanapölkkyjä MA, G  
Perunalimppua MA  
Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luom

Lounas

Rapeita kalapyöryköitä G,LA  
Punajuuri-pyöryköitä MA, G, \*  
Sitruuna-tillikastiketta LA, G  
Perunaa MA, G  
Porkkanaraastetta MA, G  
Salaattisekoitusta MA, G  
Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomum:

Lounas

Jauhelihakeittoa MA, G  
Kesäkeittoa, LA, G, \*  
Paprikaa MA, G  
Kurkkuviipaleita MA, G  
Ruisräppi leipää MA  
Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luom  
Ruismuru-mustikkapaistosta MA  
Vaniljakastiketta LA, G

Kaneliomenan lounaslista  
5.8. - 18.10.2024

<b>Ruokalista</b>	1
<b>05.08.2024 - 18.10.2024</b>	sivu 5

**Viikko 36**

Maanantai 02.09.2024	Tiistai 03.09.2024	Keskiviikko 04.09.2024	Torstai 05.09.2024	Perjantai 06.09.2024
<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>
Mausteista jauhelihakastiketta, MA	Cappeliipaistosta LA	Lohikeittoa LA, G	Uunimakkaraa MA, G	Härkäwokkia MA, G
Quorn-bolognesekastiketta MA, G, *	Intialaista kaalivuokaa MA, *	Tomaattikeittoa MA, G, *	Mustamakkaraa LA	Kasviscurrya MA, G, *
Spagettia MA	Jäävuorisalaattia MA, G	Kurkkuviipaleita MA, G	Pinaattihukaisia LA, *	Kauralisäketta, MA, G
Jäävuorisalaattia MA, G	Tomaattiviipaleita MA, G	Pehtoorin perunalimppua MA	Perunasosetta LA, G	Porkkanaraastetta MA, G
Kurkkukuutioita MA, G	Marinoitua punasipulia MA, G	Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luom	Kaaliraastetta MA, G	Salaattisekoitusta MA, G
Herneitä MA, G	Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomum:	Mandariinia	Paprikakuutiosekoitusta MA, G	Tomaattilohkoja MA, G
Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomum:			Kurkkusalaattia MA, G	Perunalimppua MA
			Puolukkasurvosta MA, G	Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luom
			Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luom	

Kaneliomenan lounaslista  
5.8. - 18.10.2024

Ruokalista 1

05.08.2024 - 18.10.2024 sivu 6

**Viikko 37**

Maanantai 09.09.2024

Tiistai 10.09.2024

Keskiviikko 11.09.2024

Torstai 12.09.2024

Perjantai 13.09.2024

**Ajankohtaista**

Leipäviikko

**Lounas**

Makaronilaatikkoa LA

VegeTexMexvuokaa MA, \*

Jäävuorisalaattia MA, G

Tomaattikuutioita MA, G

Kurkkukuutioita MA, G

Omenaleipää

Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomum:

**Lounas**

Kalakeittoa LA, G

Juuressosekeittoa LA, G, \*

Maustekurkkuviipaleita MA, G

Pehtoorin perunalimppua MA

Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luom

Omenaa

**Lounas**

Jauhelihakastiketta MA

Kasvisbolognesea Mifu LA, G

Puutarhurinkasvissekoitusta MA, G

Perunaa MA, G

Jäävuorisalaattia MA, G

Tomaattilohkoja MA, G

Kurkkupölkyjä MA, G,

Festi moniviljaleipää, MA

Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomum:

**Ajankohtaista**

LÄHIRUOKAPÄIVÄ

**Lounas**

Salolaista hernekeittoa MA, G

Kasvishernekeittoa MA, G, \*

Juustoa, Kerma LA, G, \*

Kurkkuviipaleita MA, G

Luomu ruisleipää MA

Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luom

Pannukakkua

Meritalon omenahilloa MA, G

**Ajankohtaista**

LÄHIRUOKAPÄIVÄ

**Lounas**

Perniön lihan yönakkeja MA, G, soijaton

Kasvisnakeja, MA, G, \*

Perunasosetta LA, G

Sauvon maustekurkkua

Porkkanaraastetta MA, G

Kirsikkatomaatteja Salosta MA, G

Ruisruutuleipää MA

Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomum:

**Kaneliomenan lounaslista**  
**5.8. - 18.10.2024**

**Ruokalista** 1

**05.08.2024 - 18.10.2024** sivu 7

**Viikko 38**

Maanantai 16.09.2024

Tiistai 17.09.2024

Keskiviikko 18.09.2024

Torstai 19.09.2024

Perjantai 20.09.2024

<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>
Lasagnettea LA	Kasvissosekeittoa LA, G, *	Kanakebabvuokaa LA, G	Itämeren kalapihvejä LA, G	Tortillaa MA
Kasvis-härkisvuokaa LA, *	Raejuustoa LA, G	Kasvis-cappellivuokaa LA, *	Mexican kasvispihvejä LA, G, *	Kanasuikaleita MA, G
Jäävuorisalaattia MA, G	Grahamlihapirakkaa LA	Porkkanaraastetta MA, G	Kermaviilikastiketta LA, G	Vege-suikaleita, MA
Kurkkukuutioita MA, G	Porkkana-grahampirakka MA, *	Kurkkusuikaleita MA, G	Perunaa MA, G	Salsaa, MA, G
Salaattijuustoa LA, G	Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomum:	Maissia MA, G	Punajuuri-omenaraastetta MA, G	Valkosipulikermaviilikastiketta LA, G
Oliiveja MA, G	Banaania	Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomum:	Jäävuorisalaattia MA, G	Jäävuorisalaattia MA, G
Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomum:			Luomu ruisleipää MA	Tomaattikuutioita MA, G
			Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luom:	Kurkkusuikaleita MA, G
				Jalapenoja MA, G
				Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomum:

**Kaneliomenan lounaslista**  
**5.8. - 18.10.2024**

**Ruokalista** 1

**05.08.2024 - 18.10.2024** sivu 8

**Viikko 39**

Maanantai 23.09.2024

Tiistai 24.09.2024

Keskiviikko 25.09.2024

Torstai 26.09.2024

Perjantai 27.09.2024

<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>
Jauhelihapastapaistosta LA	Makkarakastiketta MA	Lohiperunavuokaa LA, G	Kalkkunakastiketta LA, G	Broileri-kasviskeittoa MA, G
Kreikkalaista kiusausta LA, G, *	Kookosmifua LA, G, *	Voimapapuspelttilasagnettoa LA, *	Tomaattista herne-kasviskastiketta, MA, *	Kasvishernekeittoa MA, G, *
Jäävuorisalaattia MA, G	Perunaa MA, G	Kaaliraastetta MA, G	Perunaa MA, G	Juustoa, Edam LA, G
Vesimelonikolmioita MA, G	Kukkakaali-kurkku-ananassalaattia MA, G	Punajuurikuutioita MA, G	Porkkanaraastetta MA, G	Paprikaa MA, G
Kurkkukuutioita MA, G	Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomum:	Tillikurkkua MA, G	Kurkkusuikaleita MA, G	Kurkkupölkkyjä MA, G,
Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomum:		Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomum:	Herneitä MA, G	Ruissämpylää MA
			Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomum:	Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luom Omenaa



**Kaneliomenan lounaslista**  
**5.8. - 18.10.2024**

<b>Ruokalista</b>	<b>1</b>
<b>05.08.2024 - 18.10.2024</b>	sivu 9

**Viikko 40**

Maanantai 30.09.2024

Tiistai 01.10.2024

Keskiviikko 02.10.2024

Torstai 03.10.2024

Perjantai 04.10.2024

<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>
Savukanakiusausta LA, G	Broileriviilokkia MA	Ohrapuuroa	Rapeita kalapyöryköitä G,LA	Jauhelihakaalikeittoa MA, G
Härkis-nacho-pastavuokaa MA, VEG	Mangomifua LA, G	Mustikkakeittoa MA, G	Kasvis-jalapenonuggetteja MA, G	Kesäkeittoa, LA, G, *
Jäävuorisalaattia MA, G	Ohrahelmiä MA	Leikkelettä, kalkkuna MA, G	Sitruuna-tillikastiketta LA, G	Paprikkaa MA, G
Kurkkusuikaleita MA, G	Jäävuorisalaattia MA, G	Juustoa, Edam LA, G	Perunaa MA, G	Kurkkuviipaleita MA, G
Mandariinilohkoja MA, G	Tomaattikuutioita MA, G	Kurkkuviipaleita MA, G	Porkkanaraastetta MA, G	Ruissämpylää MA
Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomum:	Kurkkukuutioita MA, G	Luomu ruispalaleipää	Salaattisekoitusta MA, G	Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luom
	Mustaherukkahilloa MA, G	Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luom	Punajuuriviipaleita MA, G	Kauramuru-omenapaistosta MA
	Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomum:		Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomum:	Vaniljakastiketta LA, G

Kaneliomenan lounaslista  
5.8. - 18.10.2024

<b>Ruokalista</b>	1
<b>05.08.2024 - 18.10.2024</b>	sivu 10

**Viikko 41**

Maanantai 07.10.2024	Tiistai 08.10.2024	Keskiviikko 09.10.2024	Torstai 10.10.2024	Perjantai 11.10.2024
<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>
Mausteista jauhelihakastiketta, MA	Cappelipaistosta LA	Lohikeittoa LA, G	Uunimakkaraa MA, G	Härkäwokkia MA, G
Quorn-bolognesekastiketta MA, G, *	Intialaista kaalivuokaa MA, *	Talvipäivän kasviskeittoa MA, G	Mustamakkaraa LA	Kasviscurrya MA, G, *
Spagettia MA	Jäävuorisalaattia MA, G	Kurkkuviipaleita MA, G	Pinaattihukaisia LA, *	Kauralisäketta, MA, G
Jäävuorisalaattia MA, G	Tomaattiviipaleita MA, G	Pehtoorin perunalimppua MA	Perunasosetta LA, G	Porkkanaraastetta MA, G
Kurkkusuikaleita MA, G	Marinoitua punasipulia MA, G	Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luom: Mandariinia	Kaaliraastetta MA, G	Jäävuorisalaattia MA, G
Herneitä MA, G	Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomum: Mandariinia		Paprikakuutiosekoitusta MA, G	Tomaattilohkoja MA, G
Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomum: Mandariinia			Kurkkusalaattia MA, G	Perunalimppua MA
			Puolukkasurvosta MA, G	Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomum: Mandariinia
			Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luom	

Kaneliomenan lounaslista  
5.8. - 18.10.2024

<b>Ruokalista</b>	1
<b>05.08.2024 - 18.10.2024</b>	sivu 11

**Viikko 42**

Maanantai 14.10.2024	Tiistai 15.10.2024	Keskiviikko 16.10.2024	Torstai 17.10.2024	Perjantai 18.10.2024
<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>	<b>Lounas</b>
Kanakebabvuokaa LA, G	Kalakeittoa LA, G	Jauhelihakastiketta MA	Hernekeittoa MA, G	Lihapyöryköitä MA
Kasvispastapaistosta LA, *	Kukkakaalisosekeittoa LA, G, *	Kasvisbolognesea Mifu LA, G	Tomaattikeittoa MA, G, *	Kasvispyöryköitä MA, *
Porkkanaraastetta MA, G	Paahdettua härkäpapurouhetta *	Perunaa MA, G	Juustoa, Edam LA, G	Pippurikastiketta LA, G
Kurkkusuikaleita MA, G	Maustekurkkuviipaleita MA, G	Puutarhurinkasvissekoitusta MA, G	Kurkkuviipaleita MA, G	Perunaa MA, G
Maissia MA, G	Pehtoorin perunalimppua MA	Jäävuorisalaattia MA, G	Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomum:	Puolukkasurvosta MA, G
Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomum:	Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luom Omenaa	Tomaattilohkoja MA, G	Pannukakkua	Porkkanaraastetta MA, G
		Kurkkupölkkyjä MA, G,	Mansikkasurvosta MA, G	Salaattisekoitusta MA, G
		Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomum:		Ruisruutuleipää MA
				Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luom