



VIKKO 4

Maanantai

Aamupala: Neljän viljan puuro, hedelmä

Lounas: Lohikiusaus, kukkakaali, lehtisalaatti

Välipala: Rieska, hedelmä

Tiistai

Aamupala: Ohrapuuro, hedelmä

Lounas: Riisi ja Curry-kanakastikeporkkana-kaali raaste

Välipala: Banaanirahka, hedelmä

Keskiviikko

Aamupala: Ruispuuro, hedelmä

Lounas: Jauhelihakeitto, tomaatti

Välipala: Croissant, hedelmä

Torstai

Aamupala: Vehnäpuuro, hedelmä

Lounas: Pinaattiletut ja perunamuusi, papusalaatti

Välipala: Aurinkokiisseli, hedelmä

Perjantai

Aamupala: Kaurapuuro, hedelmä

Lounas: Kierrepasta ja laivapojan kastike, kananmunat, maissi, sipuli, omena, kurkku + smetana

Välipala: Omena-kauratoskapaistos ja vaniljakastike, hedelmä