

Vihdin Aterian Pajuniityn ruokalista 7.1.-27.7.2025

Vko	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Vko 4, 9, 14, 19, 24, 29	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Aamupala	Ruishiutalepuuro L,M,K,VE Appelsiinitäysmehu	Vehnähiutalepuuro L,K Mandariini	Kaurapuuro L,M,K,VE Kaakao L,G,K Kurkku	4-viljanmurot L,M,K,VE Päärynä	Moniviljapuuro L,M,K,VE Porkkana	Mannapuuro L,K	Riisipuuro L,G,K
Lounas	Lihapullat L,M,K Vegenako L,M,G,K,VE Yrttikastike L,G,K Kuoritut perunat Salaattipöytä	Riisipuuro L,G,K Juusto L,G,K Jääsalaatti Omena	Broileripatukka L,M,G Punajuuri-pyörykkä L,M,G,K,VE Perunasose L,G,K Curry-jogurttikastike L,G,K Salaattipöytä	Kirjolohikeitto L,G,K Metsäsieni-keitto L,G,K Mandariini Saaristolaisleipä L,M,K,VE	Makaroni-jauhelihavuoka L,K Nyhtis-pyttis L,M,K,VE Salaattipöytä	Jauhelihapihvi L,M,G Kermakastike L,G,K Keitetyt perunat	Kalapiukko L,M,G,K Kermaperunat L,G,K
Välipala	4-viljanmurot L,M,K,VE Banaani	Porkkana-grahampiirakka L,M,K,VE Luumu	Vadelmakiisseli L,M,G,K,VE Omena	Marjasmoothie L,G,K	Mansikka-raparperi kiisseli L,M,G,K,VE Viikon tuorepala	Jäätelö L,G,K	Maustamaton jogurtti L,G,K Päärynäsose L,M,G,K,VE
Päivällinen	Bataattisekeitto L,G,K Riisipiirakka L,K Munavoi L,G	Jauhelihakastike L,M,G,K Keitetyt perunat	Siskonmakkarakeitto L,M,G,K Mangorahka L,G,K	Kinkkukiusaus L,G,K	Parsakaalisekeitto L,G,K Ohukainen L Marjahilloke L,M,G,K,VE	Nakkikeitto L,M,G,K	Spagettivuoka L,K
Vko 5, 10, 15, 20, 25, 30	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Aamupala	Ruishiutalepuuro L,M,K,VE Omenamehu	Vehnähiutalepuuro L,K Mandariini	Kaurapuuro L,M,K,VE Kaakao L,G,K Kurkku	4-viljanmurot L,M,K,VE Päärynä	Moniviljapuuro L,M,K,VE Porkkana	Mannapuuro L,K	Riisipuuro L,G,K
Lounas	Makkarakastike L,G,K Chili sin carne L,M,G,K,VE Keitetyt perunat Salaattipöytä	Pinaattiohukaiset L Puolukkahilloke L,M,G,K,VE Perunasose L,G,K Salaattipöytä	Butter chicken L,G,K Butter quorn L,G Täysjyväriisi L,M,G,K,VE Salaattipöytä	Hernekeitto L,M,K Porkkana-linssekeitto L,M,K,VE Ohukaiset L,M,K,VE Marjahilloke L,M,G,K,VE	Kalapiukko L,M,G,K Karibian kasvispihvi L,M,G,K,VE Tilli-kermaviilikastike L,G,K Perunasose L,G,K Salaattipöytä	Lihapullat L,M,K Perunasose L,G,K	Kalakeitto L,G,K Vadelmavispi L,K
Välipala	Kaurainen sämpylä L,M,K Juusto L,G,K Porkkana	Suklaakiisseli L,K,G Omena	Jauhelihapiizza L,K Viinirypäle	Mangorahka L,G,K	Riisipiirakka L Kalkkunaleikkele L,M,G,K Viikon tuorepala	Maitokiisseli L,G,K	Mansikkamousse L,G,K
Päivällinen	Kananugetit L,M,K Currykastike L,G,K Täysjyväriisi L,M,G,K,VE	Jauhelihakebakko L,M,K Perunasose L,G,K	Nakkikeitto L,M,G,K	Broileripihvi L,M,G,K Currykastike L,G,K Keitetyt perunat	Parsakaali-juustokeitto L,G,K Riisipiirakka L,K Munavoi L,G	Lasagne NoMince L	Makaroni-jauhelihavuoka L,K
Vko 6, 11, 16, 21, 26	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Aamupala	Ruishiutalepuuro L,M,K,VE Appelsiinitäysmehu	Vehnähiutalepuuro L,K Mandariini	Kaurapuuro L,M,K,VE Kaakao L,G,K Kurkku	4-viljanmurot L,M,K,VE Päärynä	Moniviljapuuro L,M,K,VE Porkkana	Mannapuuro L,K	Riisipuuro L,G,K
Lounas	Broileripihvi L,M,G,K Porkkanapihvi L,M,G,K,VE Currykastike L,G,K Keitetyt perunat Salaattipöytä	Jauhelihakastike L,M,G,K Härkiskastike L,M,G,K,VE Täysjyväpasta L,M,K,VE Salaattipöytä	Broilerilaatikko L,G,K Punajuuri-sinihomejuustovuoka L,G,K Salaattipöytä	Kauden kasvissekeitto L,G,K Rieska L,M,K,VE Juusto L,G,K	Turskapihvi L,M,K Kasvispupukka L,M,G,K,VE Tartarkastike L,G Perunasose L,G,K Salaattipöytä	Broilerimureke L,G,K Currykastike L,G,K Täysjyväriisi L,M,G,K,VE	Kalapihvi L,M Tillikastike L,G,K Perunasose L,G,K
Välipala	Grahamsämpylä L,K Juusto L,G,K Kirsikkatomaatti	Marja-pannacotta L	Hedelmäkiisseli L,M,G,K,VE Banaani	Mansikkavispi puuro L,M,K,VE Vesimeloni	Banaanijogurtti L,G,K Viikon tuorepala	Puolukkakiisseli L,M,G,K,VE	Mustikkarahka L,G,K
Päivällinen	Spagettivuoka L,K	Pinaattikeitto L,G,K Kananmuna Mansikkarahka L,G,K	Porkkanapihvi L,M,G,K,VE Tartarkastike L,G,K Perunasose L,G,K	Lihaperunasoselaatikko L,G,K	Nakkikeitto L,M,G,K	Hernekeitto L,M,K Ohukainen L Marjahilloke L,M,G,K,VE	Kinkkukiusaus L,G,K
Vko 7, 12, 17, 22, 27	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Aamupala	Ruishiutalepuuro L,M,K,VE Omenamehu	Vehnähiutalepuuro L,K Mandariini	Kaurapuuro L,M,K,VE Kaakao L,G,K Kurkku	4-viljanmurot L,M,K,VE Päärynä	Moniviljapuuro L,M,K,VE Porkkana	Mannapuuro L,K	Riisipuuro L,G,K
Lounas	Uunimakara L,M,G,K Vegenugetti L,K,VE Perunasose L,G,K Salaattipöytä	Parsakaalisekeitto L,G,K Raejuusto L,G,K Jääsalaatti Porkkana	Kalakepukka L,M,G,K Tartarkastike L,G,K Kasvispyörykkä L,M,G,K,VE Peruna Salaattipöytä	Broilerikastike L,G,K Quorn-mangokastike L,G Täysjyväriisi L,M,G,K,VE Salaattipöytä	Tonnikalapastavuoka L,K Härkispatcha L,M,K,VE Salaattipöytä	Seitiä sitruunakastikkeessa L,G,K Perunasose L,G,K	Lihamureke L,M,G Ruskea kastike L,M,G,K Keitetyt perunat
Välipala	Mustaherukkakiisseli L,M,G,K,VE Banaani	Kaura-omenapaistos L,M,K Vaniljakastike L,G,K	Marjarahka L,G,K	Suklaa-banaanismootherie L, K, G	Riisipiirakka L,K Lauantaimakkara L,M,G,K Kirsikkatomaatti	Ananasrahka L,G,K	Mustaherukkavispi puuro L,M,K,VE
Päivällinen	Kananugetit L,M,K Currykastike L,G,K Täysjyväriisi L,M,G,K,VE	Lasagne L,K	Jauhelihakeitto L,M,G,K Grahamsämpylä L Juusto L,G,K	Kinkkukiusaus L,G,K	Nakkikeitto L,M,G,K	Porkkana-juustokeitto L,G,K Rieska L,M,K Vadelmavispi L,K	Broilerilaatikko L,G,K
Vko 8, 13, 18, 23, 28	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Aamupala	Ruishiutalepuuro L,M,K,VE Appelsiinitäysmehu	Vehnähiutalepuuro L,K Mandariini	Kaurapuuro L,M,K,VE Kaakao L,G,K Kurkku	4-viljanmurot L,M,K,VE Päärynä	Moniviljapuuro L,M,K,VE Porkkana	Mannapuuro L,K	Riisipuuro L,G,K
Lounas	Lihakeitto L,M,G,K Pinaattikeitto L,G,K Kananmuna Banaani Kaurainen sämpylä L,M,K	Lohikiusaus L,G,K Makaroni-soijavuoka L,K Keitetyt pikkuporkkanat Salaattipöytä	Porkkananappi L,M,G,K,VE Perunasose L,G,K Tilli-kermaviilikastike L,G,K Salaattipöytä	Tomaatti-jauhelihapasta L,K Lasagne NoMince L Salaattipöytä	Lihaperunasoselaatikko L,G,K / Broileritortilla Soija-perunasoselaatikko L,G,K / Kasvistortilla Salaattipöytä	Lihapullat L,M,K Perunasose L,G,K	Kalapihvi L,M Tillikastike L,G,K Keitetyt perunat
Välipala	Grahamsämpylä L,K Kalkkunaleikkele L,M,G,K Kirsikkatomaatti	Mansikkakiisseli L,M,G,K,VE Viinirypäle	Mustikkarahka L,G,K	Puolukkavispi puuro L,M,K,VE Omena	Hedelmäsmoothie L,G,K Viikon tuorepala	Mansikkakiisseli L,M,G,K,VE	Luumukiisseli L,M,G,K,VE
Päivällinen	Jauhelihakebakko L,M,K Perunasose L,G,K	Porkkana-linssekeitto L,M,G,K,VE Marjarahka L,G,K	Jauhelihakiusaus L,G,K	Kalakeitto L,G,K Vadelmavispi L,K	Nakit L,M,G,K Perunasose L,G,K	Broilerilaatikko L,G,K	Jauhelihakastike L,M,G,K Perunasose L,G,K
	Vihdin kunta pidättää oikeuden muuttaa ruokalista. Broilerin-, naudan- ja sianliha ovat suomalaista.		Kirjainmerkit: L= Laktoositon, M= Maidoton, G= Gluteeniton, K= Kananmunaton, VE= Vegaaninen Ruokalista on perusrunko ja ajantasalla oleva ruokalista on esillä JAMIX MENU:ssa www.jamix.fi/menu			Päivällisellä on tarjolla tuoreita/lämpimiä vihanneksia.	