

Ruokalista 11.4-22.5.2022



Viikko: 1

Maanantai 11.4	Tiistai 12.4	Keskiviikko 13.4	Torstai 14.4	Perjantai 15.4
Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1
KAALIKEITTO L, G, M	SEILORIN TURSKA L, M KERMAVIILIKASTIKE L, G	HEDELMÄINEN BROILERLEIKE L, G	JAUHELIHAKASTIKE L, M	PITKÄPERJANTAI
Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	
LINSSIKEITTO L, G, M	KASVISKÄÄRYLE L, G, M KERMAVIILIKASTIKE L, G	HEDELMÄINEN TOFU L, G, M	QUORN SWEET & SOUR - KASTIKE L, G, M	
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
MARJAKIISSSELI L, G, M	APPELSIINI KIISSSELI L, G, M	Kaurapatonki L, M	MANSIKKAKIISSSELI L, G, M	

Lounaalla tarjolla lisäksi salaattia, leipää, levitettä ja ruokajuomaa

Lounaan energialisäkkeenä tarjotaan vaihdellen perunaa, ohraa, riisiä tai pastaa

Käytämme ruuanvalmistuksessa 100% kotimaista lihaa

Pienet muutokset mahdollisia

L-Laktoositon, G-Gluteeniton, M-Maitoallergia

Ruokalista 11.4-22.5.2022



Viikko: 2

Maanantai 18.4	Tiistai 19.4	Keskiviikko 20.4	Torstai 21.4	Perjantai 22.4
Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1
2. PÄÄSIÄISPÄIVÄ	KALA-KASVISKEITTO L, G, M	PINAATTIOHUKAISET L	SITRUUNA-BROILERIKASTIKE L, M	JAUHELIHA-MAKARONILAATIKKO L, M
	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas
	KESÄKEITTO L	PINAATTIOHUKAISET L	HAPANIMELÄ KASVISKASTIKE L, G, M	SOIJA-MAKARONILAATIKKO L, M
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
	Riisipiirakka L	MANSIKKAKIISSELI L, G, M	HEDELMÄRAHKA L, G	BOYSENMARJAKIISSELI L, G, M

Lounaalla tarjolla lisäksi salaattia, leipää, levitettä ja ruokajuomaa

Lounaan energialisäkkeenä tarjotaan vaihdellen perunaa, ohraa, riisiä tai pastaa

Käytämme ruuanvalmistuksessa 100% kotimaista lihaa

Pienet muutokset mahdollisia

L-Laktoositon, G-Gluteeniton, M-Maitoallergia

Ruokalista 11.4-22.5.2022



Viikko: 3

Maanantai 25.4	Tiistai 26.4	Keskiviikko 27.4	Torstai 28.4	Perjantai 29.4
Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1
PALAPAISTI L, M	ISO-ÄIDIN KANAKEITTO L, G, M	CHILI SIN CARNE L, G, M	KIRJOLOHIVUOKA L, G	UUNINAKIT L, G, M
Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas
KASVIS-MIFUKASTIKE L	KELTAINEN KASVISKEITTO L, G, M	CHILI SIN CARNE L, G, M	KASVISMOUSSAKKA L, G	KASVISGRILLERI L, G, M
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
MANSIKKAKIISSELI L, G, M	Perunarieska L, M	MAITOKIISSELI L, G Mansikkahillo L, G, M	PERSIKKAKIISSELI L, G, M	Munkkirinkeli L, G, M

Lounaalla tarjolla lisäksi salaattia, leipää, levitettä ja ruokajuomaa

Lounaan energialisäkkeenä tarjotaan vaihdellen perunaa, ohraa, riisiä tai pastaa

Käytämme ruuanvalmistuksessa 100% kotimaista lihaa

Pienet muutokset mahdollisia

L-Laktoositon, G-Gluteeniton, M-Maitoallergia

Ruokalista 11.4-22.5.2022



Viikko: 4

Maanantai 2.5	Tiistai 3.5	Keskiviikko 4.5	Torstai 5.5	Perjantai 6.5
Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1
MANGOKALKKUNA L, M	JÄRVIKALAPIHVI L, G, M KERMAVIILIKASTIKE L, G	HERNEKEITTO L, G, M	MIFULASAGNE L	OHRA-MANNAPUURO Kaiservurstileikkele L, G, M
Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas
MANGO-KASVISKASTIKE L, G	JUURESPIHVI L, G, M KERMAVIILIKASTIKE L, G	KASVISHERNEKEITTO L, G, M	MIFULASAGNE L	OHRA-MANNAPUURO Edamjuusto L, G
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
MUSTIKKAKIISSSELI L, G, M	PUNAHERUKKA- VADELMAKIISSSELI L, G, M	Grahamsämpylä L, G, M	HEDELMÄJOGURTTI L, G	MUSTAHERUKKA- BANAANIKIISSSELI L, G, M

Lounaalla tarjolla lisäksi salaattia, leipää, levitettä ja ruokajuomaa

Lounaan energialisäkkeenä tarjotaan vaihdellen perunaa, ohraa, riisiä tai pastaa

Käytämme ruuanvalmistuksessa 100% kotimaista lihaa

Pienet muutokset mahdollisia

L-Laktoositon, G-Gluteeniton, M-Maitoallergia

Ruokalista 11.4-22.5.2022



Viikko: 5

Maanantai 9.5	Tiistai 10.5	Keskiviikko 11.5	Torstai 12.5	Perjantai 13.5
Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1
NAKKIKASTIKE L, M	PORKKANASOSEKEITTO L, G Maksamakkara L, G, M	HEDELMÄINEN BROILERIKASTIKE L, M	JAUHELIHABOLOGNESE L, M	JÄRVIKALAMUREKE L, G, M KERMAVIILIKASTIKE L, G
Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas
TOMAATTINEN TOFUKASTIKE L, G, M	PORKKANASOSEKEITTO L, G Edamjuusto L, G	HEDELMÄINEN KASVISKASTIKE L	VEGEBOLOGNESE L, G, M	KASVISPIHVI L, G, M KERMAVIILIKASTIKE L, G
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
MANGOKIISSELI L, G, M	Kaurapatonki L, M	MAITOKIISSELI L, G Persikkasose L, G, M	OMENAKIISSELI L, G, M	HEDELMÄSALAATTI L, G, M

Lounaalla tarjolla lisäksi salaattia, leipää, levitettä ja ruokajuomaa

Lounaan energialisäkkeenä tarjotaan vaihdellen perunaa, ohraa, riisiä tai pastaa

Käytämme ruuanvalmistuksessa 100% kotimaista lihaa

Pienet muutokset mahdollisia

L-Laktoositon, G-Gluteeniton, M-Maitoallergia

Ruokalista 11.4-22.5.2022



Viikko: 6

Maanantai 16.5	Tiistai 17.5	Keskiviikko 18.5	Torstai 19.5	Perjantai 20.5
Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1	Lounas 1
JAUHELIHAKASTIKE L, M	UUNIMAKKARA L, G, M	VILJAINEN VOIMAPUURO L	LASAGNE L	KALAPUIKOT L, M
Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas	Kasvislounas
KASVIS CHILI L, G	VEGENUGGETIT	VILJAINEN VOIMAPUURO L	MIFULASAGNE L	KASVISPUIKOT L, M
Välipala	Välipala	Välipala	Välipala	Välipala
VADELMAKIISSSELI L, G, M	MARJARAHKA L, G	Perunarieska L, M	KUNINGATARKIISSSELI L, G, M	HEDELMÄSMOOTHIE L, G

Lounaalla tarjolla lisäksi salaattia, leipää, levitettä ja ruokajuomaa
Lounaan energialisäkkeenä tarjotaan vaihdellen perunaa, ohraa, riisiä tai pastaa
Käytämme ruuanvalmistuksessa 100% kotimaista lihaa
Pienet muutokset mahdollisia
L-Laktoositon, G-Gluteeniton, M-Maitoallergia