

RUOKALISTA

1.7.-7.7.2024

* suomalaista lihaa

1

MAANANTAI

Lihakaalikeitto * M, L, G
Paneroitu Broilermurekeleike M, L
Halloumi Punajuuripihvi L, G
Riisi M, G
Kastike,
Parsakaali
Salaattipöytä
Mustaherukkakiisseli, keksit

TIISTAI

Kalakeitto L
Tortillat jauhelihatäytteellä * M, L
Tortilla kasvistäytteellä M, L
Aprikoosivispis

KESKIVIIKKO

Broilerikasviskeitto* L, G
Pinaattiohukaiset (luomu) L
Perunasose L
Vihannesmix
Salaattipöytä
Vadelmakiisseli

TORSTAI

Koskenlaskija-sienikeitto L
Jauhelihalasgnette * L
Kasvislasagnette L
Herne-porkkana
Salaattipöytä
Maissikiisseli ja hillomarjat

PERJANTAI

Riisipuuro L, G
Stroganoff M, L
Perunat
Värikäs porkkanaviipale
Salaattipöytä
Mansikkakiisseli

Lounas sisältää lounaslistan mukaiset ruuat ja lisäksi juomat leivät ja kahvin.
Kevytlounas sisältää keiton, salaatin, leivät, juomat ja kahvin.

RUOKALISTA

8.7.-14.7.2024

2

* suomalaista lihaa

MAANANTAI

Makkarakeitto M, L, G
Broilerpalat* M, L, G
Riisi
Currykastike
Kasvispihvit L, G
Kastike M, L
Maissi
Perunat
Salaattipöytä
Vadelmakiisseli

TIISTAI

Lihapiirakka kahdella nakilla L
Kasvispiirakka soijanakilla L
Mantelikala L
Perunasose L
Punajuurilohkot
Salaattipöytä
Mango-banaanirahka

KESKIVIIKKO

Pinaattikeitto L
Naudanlihapata *M, L
Perunat
Vihannesmix
Salaattipöytä
Uuniomenat ja vaniljakastike L

TORSTAI

Kalakeitto L, G
Broileri-riisivuoka *L, G
Mifu-riisivuoka L, G
Parsakaali
Salaattipöytä
Suklaakiisseli L, G

PERJANTAI

Mannapuuro L
Lihapullat pippurikermakastikkeessa* L
Kasvispyörökät M, L, G
Kastike
Perunat
Baby-porkkana
Salaattipöytä
Aprikoosikiisseli ja kermavaahto

Lounas sisältää lounaslistan mukaiset ruuat ja lisäksi juomat leivät ja kahvin.
Kevytlounas sisältää keiton, salaatin, leivät, juomat ja kahvin.

RUOKALISTA

15.7.-21.7.2024

3

* suomalaista lihaa

MAANANTAI

Broilerikeitto riisillä * M, L, G
Jauhelihakastike * M, L
Kasvisbolognese M, L, G
Perunat
Porkkanaviipaleet
Salaattipöytä
Boysenmarjakiisseli

TIISTAI

Kalakeitto L, G
Kasvispyörökät *M, L, G
Dippikastike M
Perunasose L, G
Vihannessekoitus
Salaattipöytä
Marja-kaurapaistos M, L
Vaniljakastike L, G

KESKIVIIKKO

Kermainen porokeitto L
Aurinkoinen broilerikastike * L
Papu-kasviskastike L,G
Riisi-Monivilja M
Parsakaali
Salaattipöytä
Vadelma-karviaiskiisseli

TORSTAI

Jauhelihakeitto *M, L, G
Tonnikalapastavuoka L
Kasviskaalilaatikko M, L, G
Maissi-papu
Salaattipöytä
Karpalokiisseli ja vaniljakastike L

PERJANTAI

Hernekeitto * M, L, G
Täytetyt paprikat jauhelihalla* L, G
Täytetyt paprikat kasvistäytteellä L, G
Kasvisgratiini L, G
Salaattipöytä
Pannukakku L ja hillomarjat

Lounas sisältää lounaslistan mukaiset ruuat ja lisäksi juomat leivät ja kahvin.
Kevytlounas sisältää keiton, salaatin, leivät, juomat ja kahvin.

MAANANTAI

Porkkanasosekeitto L, G
Nakkikastike *M, L
Perunat
Vihannesmix
Salaattipöytä
Marjapiirakka ja makukermavaahto L

TIUSTAI

Espanjalainen lihakeitto *M, L, G
Broilerin paistileike *M, L, G
Porkkanapihvit L
Kastike
Perunasose
Porkkanaviipaleet
Salaattipöytä
Mansikkakiisseli

KESKIVIIKKO

Broilerikeitto* M, L, G
Mantelikala L
Kasvispihvit M, L, G
Perunat, kastike M, L
Kukkakaali-papu
Salaattipöytä
Talkkunahyve L

TORSTAI

Broilerikeitto* M, L, G
Makaronilaatikko *L
Kasvismakaronilaatikko * L
Herne-maissi-paprika
Salaattipöytä
Pappilan hätävara L

PERJANTAI

Ohrapuuro
Herkkumuikut *L, G
Palak Paneer G
Perunasose L
Babyporkkanat
Salaattipöytä
Pannacotta ja Puolukka-mustikkakastike

Lounas sisältää lounaslistan mukaiset ruuat ja lisäksi juomat leivät ja kahvin.
Kevytlounas sisältää keiton, salaatin, leivät, juomat ja kahvin.

5

MAANANTAI

Lempeä kanakeitto * L, G
BBQ-nyhtöpossu *M, L,G
Vönerlastu M, L,
Riisi M, L, G
Salaattipöytä
Sekamarjakiisseli

TIISTAI

Lihapyörykkä-pastakeitto *M, L
Uunikala sitruunakastikkeessa *L, G
Mexicanpihvit M, L, G, kastike
Perunat
Babyporkkanat
Salaattipöytä
Kanelipuusti ja kahvi /Mustikkakiisseli

KESKIVIIKKO

Broilerikeitto riisillä *M, L, G
Porsaanleike M, L
Punajuur Rösti * L, G
Sienikastike L
Lohkoperunat
Kukkakaali-persilja
Salaattipöytä
Puolukkaherkku L, G

TORSTAI

Kasvissosekeitto L, G
Kebabkiusaus * L, G
Juustoinen kasviskiusaus L, G
Vihannesmix
Salaattipöytä
Kahvikiisseli L, G /Mansikkakiisseli

PERJANTAI

Kylmäsavulohikeitto L, G
Broilerikastike * L, G
Mifu-kasviskastike L, G
Ohrhelmi
Herne-Maissi
Salaattipöytä
Kauraomenapaistos L ja vaniljakastike L, G

Lounas sisältää lounaslistan mukaiset ruuat ja lisäksi juomat leivät ja kahvin.
Kevytlounas sisältää keiton, salaatin, leivät, juomat ja kahvin.

MAANANTAI

Lihakeitto * M, L, G
Lohikastike L
Kasvis-tikkamasala L, G
Kierrepasta M, L
Herne-porkkana
Salaattipöytä
Puolukkakiisseli

TIISTAI

Broilerikeitto *M, L, G
Uunimakkara * M, L, G
Vegemakkara M, L, G
Kastike
perunasose L, G
Parsakaali
Salaattipöytä
Mustikkavanukas L, G

KESKIVIIKKO

Mannapuuro L
Kaalikääryle* M; L
Kasviskaalikääryle M, L, G
kastike M, L
Perunat
Uunijuurekset * M, L, G
Salaattipöytä
Appelsiinikiisseli

TORSTAI

Lohikeitto L, G
Broileririisivuoka *L, G
Soijamakaronilaatikko L, G
herne-Maissi-Paprika
Salaattipöytä
Suklaakiisseli L, G

PERJANTAI

Kookos-bataattikeitto L, G
Karjalanpaisti M, L, G
Perunat
Uuniporkkanat
Salaattipöytä
Ruusunmarjarahka

Lounas sisältää lounaslistan mukaiset ruuat ja lisäksi juomat leivät ja kahvin.
Kevytlounas sisältää keiton, salaatin, leivät, juomat ja kahvin.