

1

* suomalaista lihaa

MAANANTAI

Lihakaalikeitto * M, L, G
Paneroitu Broilermurekeleike M, L
Halloumi Punajuuripihvi L, G
Riisi M, G
Kastike,
Lämmin kasvis
Salaattipöytä
Vadelmakiisseli, keksit

TIISTAI

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

KESKIVIIKKO

Broilerikasviskeitto* L, G
Pinaattiohukaiset L
Perunasose L
Lämmin kasvis
Salaattipöytä
Thai-ananaskompotti M, L, G ja vaniljavaahto L

TORSTAI

Koskenlaskija-sienikeitto L
Jauhelihalasgnette * L
Kasvislasagnette L
Lämmin kasvis
Salaattipöytä
Maissikiisseli L, G ja hillomarjat

PERJANTAI

Riisipuuro L, G
Stroganoff M, L
Perunat
Lämmin kasvis
Salaattipöytä
Pannacotta L ja mansikkasose

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

RUOKALISTA

11.11.-17.11.2024

2

* suomalaista lihaa

MAANANTAI

Makkarakeitto M, L, G
Broilerpalat kastikkeessa* L,
Riisi
Kasvispihvit L, G, Kastike M, L
Lämmin kasvis
Salaattipöytä
Puolukkapuuro ja vaniljavaahto L

TIISTAI

Lihakeitto M, L, G
Mantelikala L
Perunasose L
Punajuurilohkot
Salaattipöytä
Mango-banaanirahka

KESKIVIIKKO

Pinaattikeitto L
Naudanlihapata *M, L
Kasvis-quarnpata M, L
Perunat
Lämmin kasvis
Salaattipöytä
Uuniomenat ja vaniljakastike L

TORSTAI

Kalakeitto L, G
Broileri-perunavuoka *L, G
Mifu-riisivuoka L, G
Lämmin kasvis
Salaattipöytä
Suklaakiisseli L, G

PERJANTAI

Mannapuuro L
Lihapullat pippurikermakastikkeessa* L
Kasvispyörökät M, L, G
Kastike
Perunat
Lämmin kasvis
Salaattipöytä
Hedelmäsalaatti

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

RUOKALISTA

18.11.-24.11.2024

3

* suomalaista lihaa

MAANANTAI

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

TIISTAI

Kalakeitto L, G
Kasvispyörökät *M, L, G
Dippikastike M
Perunasose L, G
Lämmin kasvis
Salaattipöytä
Omena-kaurapaistos M, L
Vaniljakastike L, G

KESKIVIIKKO

Kermanen porokeitto L
Butter chicken kastike L
Murea Red curry L
Riisi
Lämmin kasvis
Salaattipöytä
Vadelmakiisseli

TORSTAI

Jauhelihakeitto *M, L, G
Tonnikalapastavuoka L
Kasviskaalilaatikko M, L, G
Lämmin kasvis
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, marjahillo ja kermavaahto L

Lounas sisältää lounaslistan mukaiset ruuat ja lisäksi juomat leivät ja kahvin.
Kevyt-lounas sisältää keiton, salaatin, leivät, juomat ja kahvin.

MAANANTAI

Porkkanasekeitto L, G
Nakkikastike *M, L
Chili Sin Carne M, L
Perunat
Lämmin kasvis
Salaattipöytä
Marjapiirakka ja makukermavaahto

TIISTAI

Espanjalainen lihakeitto *M, L, G
Broilerin paistileike kastikkeessa *L,
Porkkanapihvit L
Kastike
Perunasose
Lämmin kasvis
Salaattipöytä
Mansikkakiisseli

KESKIVIIKKO

Kahdenkalankeitto L, G
Kasvisekeitto L, G
Nyhtöporsas *M, L, G , BBQ-kastike
Riisi M, L, G
Lämmin kasvis
Salaattipöytä
Puolukkarahka M

TORSTAI

Broilerikeitto* M, L, G
Italianpata
Intialainen Vegan Curry
Lämmin kasvis
Salaattipöytä
Pappilan hätävara L

PERJANTAI

Ohrapuuro
Kookos-bataattikeitto L, G
Muikkukukko M, L
Perunasose L
Lämmin kasvis
Salaattipöytä
Pannacotta L ja marjasose

RUOKALISTA

2.12.-8.12.2024

5

MAANANTAI

Jauheliuhakeitto L, G
Broilerikastike M, L
Nyhtökaurakastike
Kaurahelmi
Perunasose L
Lämmin kasvis
Salaattipöytä
Jäätelö ja marjat

TIISTAI

Broilerikeitto riisillä *M, L, G
Porsaanleike M, L
Punajuurirösti * L, G
Sienikastike L
Lohkoperunat
Lämmin kasvis
Salaattipöytä
Vadelmakiisseli ja Kermavaahto

KESKIVIIKKO

Lohikeitto L, G
Jauheliuhapihvit kastikkeessa L, Sipulirenkaat
Kasvispihvit
Perunasose
Porkkanapölkkyt
Salaattipöytä
Suklaakiisseli

TORSTAI

Riisipuuro L
Kinkkukiusaus L, G
Kasviskiusaus L,G
Lämmin kasvis
Salaattipöytä
Mansikkakiisseli, kierrepulla M, L

PERJANTAI

ITSENÄISYYSPÄIVÄ

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
Lämmin kasvis
Salaattipöytä
Hedelmärahka L

TIISTAI

Kesäkeitto L, G
Uunimakkara * M, L, G
Vegemakkara M, L, G
Kastike
Porkkana-perunasose L, G
Lämmin kasvis
Salaattipöytä
Mustikkavanukas L, G

KESKIVIIKKO

Riisipuuro
Joulukinkku, kastike, L, perunat
Seitankinkku, kastike L, perunat
Porkkana-, peruna-, lanttulaatikko
Aura-punajuurilaatikko
Salaattipöytä
Puolukkapannacotta/Luumukiisseli

TORSTAI

Lohikeitto L, G
Lihamakaronilaatikko L
Kasvis.makaronilaatikko L
Lämmin kasvis
Salaattipöytä
Vadelmakiisseli ja keksit

PERJANTAI

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

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

Joululounas keskiviikkona 11.12.2024 klo 10.00-14.00
Terveysaseman alakerran ruokasalissa, Tapparakat u 1-3

Joululounas 12,00€

Sillikaviaari L, G
Rosolli ja rosollinkastike L, G
Lämminsavulohisalaatti L, G
Vihersalaatti M, G
Italiansalaatti M
Päärynä-aura-viikunasalaatti L, G
Sienisalaatti M, G
Maksapatee L, G
Punasipulihilloke M, G
Talon kinkku ja sinappikastike L, G
Seitan-kinkku M ja remoulade-kastike M, G
Perunat M, G
Porkkanalaatikko M, G
Lanttulaatikko L, G
Punajuuri-auravuoka L, G
Puolukkapannacottarahka L, G
Luumukiisseli M, G
Leivät ja levite
Kahvi



Purolounas 5,00 €

Riisipuuro L, G
Luumukiisseli M, G
Leivät ja levite
Kahvi

!