

Voimassa 2018 viikoilla: 4, 9, 14, 19

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
<b>Keitto</b>	Perunavelli G K Ryyrireska	Broileri-vuohen- juustokeitto G K	Lohikeitto G K	Aurinkoinen kalk- kunakeitto G K M	Porkkanasose- keitto G K	Ohrapuuro Ruusunmarjakiis- seli G K M	Juustoinen kasvis- keitto G K
<b>Lounaat</b>	Broileripyörykkä K M Peruna Currykastike G K	Jauheliha-peruna- sosevuoka G K	Kaalikääryle G K M Peruna Ruskea kastike G K	Inkivääriporsas G K M Täysjyväohra	Liha-makaronilaa- tikko	Jauhemaksapihvi G M Haudutettu sipuli Perunasose G K	Uunilohi G K Perunasose G K Tillikastike
	Kasvismoussaka G K	Chili con Soija G K M Täysjyväriisi G K M	Bataatti-juures- pihvi G M	Soija-kasvispaistos K	Linssi-juureshöystö G K M Peruna	Papu-linssipihvi G K M	Porkkanapyörykkä G K
<b>Salaatti- lounas</b>	Lounassalaatti + Kirjohikuutio ja leipäjuusto	Lounassalaatti + Kananmuna ja vuohenjuusto	Lounassalaatti + Broilerin filee G K M	Lounassalaatti + Tonnikala	Lounassalaatti + Juusto Mozzarella ja Aura muru	Lounassalaatti + Soijapala	Lounassalaatti + Broilerin filee sui- kale ja Kidney papu
<b>Jälkiruoka</b>	Kerrosjätkiruoka G K	Ohukaiset ja man- sikkahillo	Mansikka-raparpe- rikiisseli G K M	Hedelmäsalaatti G K M	Mansikkarahka G K	Ruusunmarjakiis- seli G K M	Jäätelö Marjakastike G K M

**G = gluteeniton**

**K = kananmunaton**

**M = maidoton**

**VL = Vähälaktoosinen**

**Ruuat ovat laktoosittomia, ellei toisin mainita.**

Lisäksi aterioilla tarjoillaan ruisleipää, kevytlevitettä, maitoa ja piimää, luomupiimää sekä luomuleipää.



Leivässä, perunassa ja salaattiraaka-aineissa käytämme paikallisen toimijan tuotteita aina, kun se on mahdollista.

Lisäksi tarjolla on annoslounasta ja annossalaattia.



Olemme Portaat luomuun portaalla!

Voimassa 2018 viikoilla: 5, 10, 15, 20

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
<b>Keitto</b>	Kahden kalan keitto G K M	Kasvissosekeitto G K	Pinaattikeitto K Kanamuna	Tomaattinen jauheliha keitto G K M	Riistakeitto G K M	Kirkas broileri keitto G K M	Ohrapuuro K Mansikkakiisseli
<b>Lounaat</b>	Jauheliha kastike K M Täysjyväpasta	Makkarapannu G K M	Herkkuhiippi G K M Perunasose G K Ruohosipulikaisti G K	Broilerihoukutus G K	Seiloringurska K M Peruna Tartarkastike	Lihamureke G M Peruna Kermakastike G K	Palapaisti K M Peruna
	Fetajuusto-kasvispaistos	Kuskus-kasvispihvi Tomaattisalsa	Kookos-kasviskastike G K M	Itämainen kasviskastike G M Täysjyväriisi	Kasvispaella G K M	Juustoinen punajuuripaistos G K	Papu-spagettipata K M
<b>Salaattilounas</b>	Lounassalaatti + Kinkkukuutio ja Papumix	Lounassalaatti + Kanamuna ja Mozzarella	Lounassalaatti + Broilerin fileesui-kale	Lounassalaatti + Kirjohikuutio ja leipajuusto	Lounassalaatti + Polar kuutio	Lounassalaatti + tonnikalasäilyke	Lounassalaatti + Broilerin fileesui-kale
<b>Jälkiruoka</b>	Aprikoosikiisseli G K M	Mustaherukkahakka K M	Ruusunmarja-ome-nakiisseli G K M	Maitokiisseli ja marjasose	Vatkattu aprikoosipuuro K M	Omena-kanelikiisseli G K M	Mansikkakiisseli G K M

**G = gluteeniton**

**K = kananmunaton**

**M = maidoton**

**VL = Vähälaktoosinen**

**Ruuat ovat laktoosittomia, ellei toisin mainita.**

Lisäksi aterioilla tarjoillaan ruisleipää, kevytlevitettä, maitoa ja piimää, luomupiimää sekä luomuleipää.



Leivässä, perunassa ja salaattiraaka-aineissa käytämme paikallisen toimijan tuotteita aina, kun se on mahdollista.

Lisäksi tarjolla on annoslounasta ja annossalaattia.



Voimassa 2018 viikoilla: 1, 6, 11, 16, 21

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
<b>Keitto</b>	Kalaseljanka G K M	Bataattikeitto	Lihakeitto G K M	Mannapuuro Karpalomehu- keitto	Perunavelli G K	Lohikeitto G K	Kasvissosekeitto G K
<b>Lounaat</b>	Kana-kookoskas- tike G K M Täysjyväriisi	Sianliha-peruna- laatikko G K M	Lasagnette K	Uunikala seistä G K Peruna	Kaamoskiusaus G K	Lihapata karjalai- seen tapaan G K M Peruna	Ruusunmarjabroi- leri G K Perunasose G K
	Texmex-kasvis- vuoka G K	Kasvispyörykkä G K M Peruna Mangoraja-kastike	Thai-kasviscurry G K M Ruis-riisi	Papu-spagettipata M K	Porkkana falafel- pihvi G Peruna Tartarkastike G K	Fetapihvi G Rosekastike G K	Quornfilee
<b>Salaatti- lounas</b>	Lounassalaatti + Soijaproteiinipala	Lounassalaatti + Mozzarella ja Ka- nanmuna	Lounassalaatti + broilerin fileesuikale	Lounassalaatti + Kananmuna ja Kid- ney papu	Lounassalaatti + Kirjolohi lämmin- savu ja leipäjuusto	Lounassalaatti + Raejuusto ja broile- rin fileesuikale	Lounassalaatti + Tonnikalasäilyke
<b>Jälkiruoka</b>	Hedelmäkiisseli G K M Jäätelö	Hedelmäsalaatti G K M	Kuningatarkiisseli G K M	Karpalomehu- keitto ja kermavaahto	Mustaherukkavis- pipuuro K M	Punaherukkakiis- seli G K M Jäätelö	Hedelmärahka G K

**G = gluteeniton**

**K = kananmunaton**

**M = maidoton**

**VL = Vähälaktoosinen**

**Ruuat ovat laktoosittomia, ellei toisin mainita.**

Lisäksi aterioilla tarjoillaan ruisleipää, kevytlevitettä, maitoa ja piimää, luomupiimää sekä luomuleipää.



Leivässä, perunassa ja salaattiraaka-aineissa käytämme paikallisen toimijan tuotteita aina, kun se on mahdollista.

Lisäksi tarjolla on annoslounasta ja annossalaattia.



Voimassa 2018 viikoilla: 2, 7, 12, 17, 22

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
<b>Keitto</b>	Punainen lohikeitto G K	Siskonmakkara- keitto G K M	Kasvisosekeitto G K	Pinaattikeitto K Kananmuna	Juustoinen kana- kasviskeitto G K	Jauhelihakeitto G K M	Peruna-palsternak- kasosekeitto G K
<b>Lounaat</b>	Maksapekonikas- tike K Peruna	Kalagradiini Ched- dar (sis. laktoosia) Peruna	Kanaviilokki K M Täysjyväriisi	Tomaattinen jau- heliha-peruna- vuoka G K	Härkäruukku G K M Perunasose G K	Kirjolahimureke G M Perunasose G K	Riistakäristys G K M Perunasose G K
	Soija-kasvispannu G M	Italialainen quorn kasvisvuoka G Peruna	Härkis-pomodo G K Täysjyväriisi	Punajuuripihvi G Bataatti-peruna- sose G K	Porkkanapihvi G K M Perunasose	Parsakaali-pinaat- tipihvi G Perunasose G K	Maissipyörykkä G Tomaattisalsa
<b>Salaatti- lounas</b>	Lounassalaatti + Polar juustokuutio	Lounassalaatti + Broilerin fileekuuo- tio	Lounassalaatti + Kirjolohi lämmin- savu	Lounassalaatti + Kananmuna ja Raejuusto	Lounassalaatti + Tonnikala säilyke	Lounassalaatti + Leipäjuusto	Lounassalaatti + Kananmuna ja Kid- ney papu
<b>Jälkiruoka</b>	Ananaskiisseli G K M	Vatkattu mansik- kapuuro K M	Persikkakiisseli G K M	Marjapiirakka Vaniljakastike	Ruusunmarja-ome- nakiisseli G K M	Mansikka-ananas- rahka G K	Mustikkakukko Vaniljakastike

**G = gluteeniton**

**K = kananmunaton**

**M = maidoton**

**VL = Vähälaktoosinen**

**Ruuat ovat laktoosittomia, ellei toisin mainita.**

Lisäksi aterioilla tarjoillaan ruisleipää, kevytlevitettä, maitoa ja piimää, luomupiimää sekä luomuleipää.



Leivässä, perunassa ja salaattiraaka-aineissa käytämme paikallisen toimijan tuotteita aina, kun se on mahdollista.

Lisäksi tarjolla on annoslounasta ja annossalaattia.



Olemme Portaat luomuun portaalla 1

Voimassa 2018 viikoilla: 3, 8, 13, 18, 23							
	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
<b>Keitto</b>	Porkkanasose- keitto G K	Samettinen broile- rikeitto G K M	Juustoinen kasvis- keitto G K	Nakkikeitto G K M	Tomaattinen jau- helihakeitto G K M	Perunavelli G K	Kalakeitto G K
<b>Lounaat</b>	Jauhelihapihvi G K Peruna Ruskea kastike G K	Uunimakkara G K M Juustoperunapais- tos G K Kermakastike G K	Broilerihöystö G K Peruna	Liha-kaalilaatikko G K M	Lohikiusaus G K	Lindströminpihvi K M Perunasose G K Ruskea kastike G K	Mustapippurihärkä G K Peruna
	Kaali-kasvislaa- tikko G K M	Kasvispihvi Ma- rokko G K M	Papu-punajuurikas- tike G K Peruna	Kasvislasagne	Kasvispyörykkä G M Peruna	Bataatti-juures- pihvi G M Perunasose G K	Kasvishoukutus G K
<b>Salaatti- lounas</b>	Lounassalaatti + Tonnikala säilyke	Lounassalaatti + Vuohenjuusto	Lounassalaatti + Kananmuna	Lounassalaatti + Kirjolohti kuutio lämminsavu	Lounassalaatti + Broilerin filee vii- pale	Lounassalaatti + Polar juustokuutio	Lounassalaatti + Kananmuna ja pa- pusekoitus
<b>Jälkiruoka</b>	Persikkakiisseli G K M	Marjakiisseli G K M Vaniljakastike	Mansikkakiisseli G K M	Marjakimara G K M Vaniljakastike	Suklaakiisseli G K	Punaherukkakiis- seli G K M	Talkkuna-puoluk- karakahka

**G = gluteeniton**

**K = kananmunaton**

**M = maidoton**

**VL = Vähälaktoosinen**

**Ruuat ovat laktoosittomia, ellei toisin mainita.**

Lisäksi aterioilla tarjoillaan ruisleipää, kevytlevitettä, maitoa ja piimää, luomupiimää sekä luomuleipää.

Leivässä, perunassa ja salaattiraaka-aineissa käytämme paikallisen toimijan tuotteita aina, kun se on mahdollista.

Lisäksi tarjolla on annoslounasta ja annossalaattia.

