

PÄIVÄTOIMINTA 2017 – 2018

VIIKKO 1

Maanantai

Lounas

Broileripyörykkä K M
Peruna
Currykastike G K
Jäävuori-tomaatti-kurkku-kesäkurpitsasalaatti
Sipulirouhe

Jälkiruoka

Omenakiisseli kerrosjälkiruoka G K M
Ruokajogurtti

Tiistai

Lounas

Chili con Soija G K M
Fetapihvi G
Paholaisen kastike G K
Täysjyväriisi G K M
Juusto-kasvissalaatti G K

Jälkiruoka

Ohukaiset
Mansikkahillo

Keskiviikko

Lounas

Lohikeitto G K
Kalkkunaleike
Tuorekurkkuviipale
Ruistassu

Jälkiruoka

Mansikka-raparperikiisseli G K M

Torstai

Lounas

Inkivääriporsas G K M
Täysjyväohra K M
Maustekastike, Sweet chili
Kiinankaali-ananas-hernesalaatti
Hedelmäsalaatti G K M

Jälkiruoka

Perjantai

Lounas

Liha-makaronipata K
Aurinkokasvikset
Porkkanaraaste

Jälkiruoka

Mansikka-vaniljajogurttirahka

G = gluteeniton

K = kananmunaton

M = maidoton

Valmistamamme tuotteet ovat laktoosittomia, ellei ruokalistassa toisin mainita.

Lisäksi aterioilla tarjoillaan ruisleipää, kevytlevitettä, maitoa ja piimää sekä luomupiimää. Leivässä, perunassa ja salaattiraaka-aineissa käytämme paikallisen toimijan tuotteita aina, kun se on mahdollista.



PÄIVÄTOIMINTA 2017 – 2018

VIIKKO 2


Maanantai

Lounas	Jauhelihakastike K M Täysjyväpasta K M Kaali-kurpitsasalaatti Perunarieska M
Jälkiruoka	Jäätelöpuikko vanilja

Tiistai

Lounas	Makkarapannu G K M Porkkanaviipale Jäävuori-kesäkurpitsa-retiisisalaatti Sipulirouhe
Jälkiruoka	Luonnonjogurtti Persikkasose

Keskiviikko

Lounas	Pinaattikeitto K Keitetty kananmuna Pölkkyporkkana Luomu eväsvuoka 
Jälkiruoka	Ruusunmarja-omenakiisseli G K M

Torstai

Lounas	Broilerihoukutus G K Kiinankaali-romaine-kurkku-paprikasalaatti Salaattisiemen
Jälkiruoka	Maitokiisseli G K Marjasose G K M

Perjantai

Lounas	Kalapuikko M Perunasose G K Tartarkastike G K Porkkanaraaste
Jälkiruoka	Vatkattu aprikoosipuuro K M

G = gluteeniton

K = kananmunaton

M = maidoton

Valmistamamme tuotteet ovat laktoosittomia, ellei ruokalistassa toisin mainita.

Lisäksi aterioilla tarjotaan ruisleipää, kevytlevitettä, maitoa ja piimää sekä luomupiimää. Leivässä, perunassa ja salaattiraaka-aineissa käytämme paikallisen toimijan tuotteita aina, kun se on mahdollista.



Olemme Portaat luomuun portaalla 1

PÄIVÄTOIMINTA 2017 – 2018

VIKKO 3

Maanantai

Lounas

Kana-kookoskastike G K M
Täysjyväriisi G K M
Värikäs kiinankaalisalaatti
Mustaherukkahillo

Jälkiruoka

Digestive-keksi
Vadelmakeitto

Tiistai

Lounas

Kasviskroketti G K M
Peruna
Jäävuori-kurkku-hunajamelonisalaatti
Sipulirouhe

Jälkiruoka

Lihapiirakka
Persikka-mangoviili

Keskiviikko

Lounas

Lasagnette K
Porkkanaraaste

Jälkiruoka

Kuningatarkiisseli

Torstai

Lounas

Uunikala seistä G K
Peruna
Tomaatti-purjosalaatti
Cesar-salaatti

Jälkiruoka

Hedelmäsalaatti G K M

Perjantai

Lounas

Lihakeitto G K M
Tuorejuusto (yrtti)
Perunavelli G K
Maksamakkara G K M
Paprikaviipale

Jälkiruoka

Pieni Moniviljaruutu
Luonnonjogurtti
Marjakimara G K M

G = gluteeniton

K = kananmunaton

M = maidoton

Valmistamamme tuotteet ovat laktoosittomia, ellei ruokalistassa toisin mainita.

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

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



Olemme Portaat luomuihin portaalla 1

PÄIVÄTOIMINTA 2017 – 2018

VIIKKO 4

Maanantai

Lounas	Italianpata K M Juustoraaste G K Kiinankaali-coleslawsalaatti G K M
Jälkiruoka	Mangorahka G K

Tiistai

Lounas	Kalagradiini Cheddar K (sisältää laktoosia) Peruna Ruohosipulikastike Punajuuri-omena-purjosalaatti
Jälkiruoka	Mustikkakiisseli G K M Sämpyläruutu

Keskiviikko

Lounas	Juustoinen kana-kasviskeitto G K Kasvissosekeitto G L K Juusto Jääsalaatti Reilu vehnäleseleipä
Jälkiruoka	Mansikkapuuro K M Banaani

Torstai

Lounas	Tomaattinen jauheliha-perunavuoka G K Puutarhurin sekoitus Kiinankaali-kesäkurpitsa-ananassalaatti
Jälkiruoka	Marjapiirakka M

Perjantai

Lounas	Pinaattihukainen Porkkanapihvi G K M Perunasose G K Kinkku-pastasalaatti K M Puolukkahilloke
Jälkiruoka	Ruusunmarja-omenakiisseli G K M

G = gluteeniton

K = kananmunaton

M = maidoton

Valmistamamme tuotteet ovat laktoosittomia, ellei ruokalistassa toisin mainita.

Lisäksi aterioilla tarjotaan ruisleipää, kevytlevitettä, maitoa ja piimää sekä luomupiimää. Leivässä, perunassa ja salaattiraaka-aineissa käytämme paikallisen toimijan tuotteita aina, kun se on mahdollista.



Olemme Portaat luomuun portaalla 1

PÄIVÄTOIMINTA 2017 – 2018 VIIKKO 5

Maanantai

Lounas	Naudanmurekepihvi G M Peruna Ruskeakastike G K Jäävuori-kesäkurpitsa-tomaattisalaatti
Jälkiruoka	Persikkakiisseli G K M

Tiistai

Lounas	Uunimakkara G K M Juusto-perunapaistos G K Kermakastike G K Porkkana-ananassalaatti Sinappirelish
Jälkiruoka	Vatkattu puolukkapuuro K M

Keskiviikko

Lounas	Broileri-pastavuoka K Kiinankaali-cantaloupemeloni-hernesalaatti Salaattisiemen
Jälkiruoka	Karjalanpiirakka Munavoi G M

Torstai

Lounas	Bataattikeitto G K M Palvikinkku G K M Tomaattiviipale Maksamakkara G K M Luomu eväsvuoka
Jälkiruoka	Marjakimara G K M Vaniljakastike



Perjantai

Lounas	Lohikiusaus G K Pikkuporkkana Kaali-vinaigrettesalaatti
Jälkiruoka	Suklaakiisseli G K

G = gluteeniton

K = kananmunaton

M = maidoton

Valmistamamme tuotteet ovat laktoosittomia, ellei ruokalistassa toisin mainita.

Lisäksi aterioilla tarjoillaan ruisleipää, kevytlevitettä, maitoa ja piimää sekä luomupiimää. Leivässä, perunassa ja salaattiraaka-aineissa käytämme paikallisen toimijan tuotteita aina, kun se on mahdollista.



Olemme Portaat luomuun portaalla 1