

## Senioripihan Ravintola Suvanto

## Koivupihan Ravintola Kantarelli

2017 viikoilla 31, 36, 41, 46 ja 51

2018 viikoilla 4, 9, 14 ja 19

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
<b>Keitto</b>	Perunavelli G K Ryynirieska	Broileri-vuohen- juustokeitto G K	Lohikeitto GK	Aurinkoinen kalkkunakeitto G K M	Porkkanasosekeitto G K Ohravatruska	Ohraunipuuro K Ruusunmarja- kiisseli G K M	Juustoinen kasviskeitto G K
<b>Lounas</b>	Broileripyörykkä K M Peruna Currykastike K Kasvismoussaka G K	Jauheliha-peruna- sosevuoka G K Chili con Soija G K M Täysjyväriisi	Kaalikääryle G K M Ruskeakastike G K Bataatti- juurespihvi G M	Inkivääriporsas G K M Täysjyväohra- suurimo Soija-kasvispaistos K	Liha-makaroni- laatikko Linssi-juureshöystö G K M Peruna	Jauhemaksapihvi G M Haudutettu sipuli Perunasose G K Kermakastike Linssihihvi G K M	Uunilohi G K Perunasose G K Kasvispyörykkä G K
<b>Jälkiruoka</b>	Kerrosjälkiruoka K G	Ohukaiset ja hillo	Mansikka-rapar- perikiisseli G K M	Hedelmäsalaatti G K M	Mansikkarahka G K	Ruusunmarja- kiisseli G K M	Jäätelö Marjakastike G K M

**G = gluteeniton**

**K = kananmunaton**

**M = maidoton**

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

Lisäksi aterioilla tarjotaan 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.

**Senioripihan Ravintola Suvanto**

**Koivupihan Ravintola Kantarelli**

2017 viikoilla 32, 37, 42, 47 ja 52

2018 viikoilla 5, 10, 15 ja 20

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
<b>Keitto</b>	Kahdenkalan keitto G K M Perunarieska	Kasvissosekeitto G K	Pinaattikeitto K Kananmuna	Tomaattinen jauhelihakeitto G K M	Riistakeitto G K M	Kirkas broilerikeitto G K M	Ohrapuuro K Mansikkakiisseli G K M
<b>Lounas</b>	Jauhelihakastike K M Täysjyväpasta Feta-kasvispaistos G K	Makkarapannu G K M Kuskuspihvi Tomaattisalsa G K M Peruna	Kalamurekepihvi G K M Perunasose G K Ruohosipulikastike G M Kookos-kasviskastike K M	Broilerihoukutus G K Itämainen kasviskastike G M Täysjyväriisi	Seilorinturska K M Peruna Tartarkastike G K Kasvispaella G K M	Lihamureke G M Kermakastike Juustoinen punajuuripaistos G K	Palapaisti K M Peruna Papu-spagettipata K M
<b>Jälkiruoka</b>	Aprikoosikiisseli G K M	Mustaherukkahakka G K	Ruusunmarja-omenakiisseli G K M	Maitokiisseli G K Marjasose G K M	Vatkattu aprikoosipuuro K M	Omena-kanelikiisseli G K M	Mansikkakiisseli G K M

**G = gluteeniton**

**K = kananmunaton**

**M = maidoton**

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

Lisäksi aterioilla tarjotaan 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.

## Senioripihan Ravintola Suvanto

## Koivupihan Ravintola Kantarelli

2017 viikoilla 33, 38, 43 ja 48

2018 viikoilla 1, 6, 11, 16 ja 21


	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
<b>Keitto</b>	Kalaseljanka G K M	Juustokeitto G K	Lihakeitto G K M	Mannapuuro K Karpalomehu- keitto G K M	Perunavelli G K	Lohikeitto G K	Kasvisseikeitto G K
<b>Lounas</b>	Kana-kookos- kastike K M Täysjyväriisi Kasvistexmex G K	Sianliha-peruna- laatikko G K M Kasvispyörykkä G K M Mangorajakastike G	Lasagne K Thaikasviscurry G K M Keitetty ruisriisi	Uunikala seistä G K Peruna Papu-spagettipata K M	Kaamoskiusaus G K Kasvispihvi spice K M Tartarkastike G K	Karjalanpaisti G K M Porkkanalaatikko G K Feta-kasvispihvi G	Ruusunmarja- broileri G K Perunasose G K Quornfilee
<b>Jälkiruoka</b>	Hedelmäkiisseli G K M + jäätelö	Hedelmäsalaatti G K M	Kuningatarkiisseli G K M	Karpalomehukeitto + kermavaahto	Mustaherukka- vispipuuro K M	Punaherukka- kiisseli G K M	Hedelmärahka G K

**G =** gluteeniton

**K =** kananmunaton

**M =** maidoton

**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.

## Senioripihan Ravintola Suvanto

## Koivupihan Ravintola Kantarelli

2017 viikoilla 34, 39, 44 ja 49

2018 viikoilla 2, 7, 12, 17 ja 22

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
<b>Keitto</b>	Punainen lohikeitto G K	Siskonmakkara-keitto G K M	Kasvissosekeitto G K	Pinaattikeitto K Kananmuna	Juustoinen kana-kasviskeitto G K	Jauhelihakeitto G K M	Peruna-palster-nakkasosekeitto G K
<b>Lounas</b>	Maksa-pekoni-kastike K Peruna Soija-kasvispannu G M	Kalagradiini Cheddar K (sis. laktoosia) Peruna Italialainen quorn-kasvisvuoka G	Kanaviillockki K M Täysjyväriisi Härkis-pomodo K	Tomaattinen jauheliha-perunavuoka G K Punajuurirösti G Bataatti-perunasose G K	Härkäruukku G K M Perunasose G K Porkkanapihvi G K M	Kirjohimureke G M Perunasose G K Ruohosipulikastike G K Parsakaali-pinaattipihvi G K M	Riistakäristys G K M Perunasose G K Maissipyörykkä G M
<b>Jälkiruoka</b>	Ananaskiisseli G K M	Vatkattu mansikka-puuro K M	Persikkakiisseli G K M	Marjapiirakka M Vaniljakastike	Ruusunmarja-omenakiisseli G K M	Mansikka-ananas-rahka G K	Mustikkakukko Vaniljakastike

**G = gluteeniton**

**K = kananmunaton**

**M = maidoton**

**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.

**Senioripihan Ravintola Suvanto**

**Koivupihan Ravintola Kantarelli**

**2017 viikoilla 35, 40, 45 ja 50**

**2018 viikoilla 3, 8, 13, 18 ja 23**


	<b>Maanantai</b>	<b>Tiistai</b>	<b>Keskiviikko</b>	<b>Torstai</b>	<b>Perjantai</b>	<b>Lauantai</b>	<b>Sunnuntai</b>
<b>Keitto</b>	Porkkanasose- keitto G K Perunarieska	Samettinen broilerikeitto G K M	Juustoinen kasvis- keitto G K	Nakkikeitto G K M	Tomaattinen jauhelihakeitto G K M	Perunavelli G K	Kalakeitto G K
<b>Lounas</b>	Naudanmureke- pihvi G M Peruna Ruskeakastike G K Kaali-kasvislaatikko G K M	Uunimakkara G K M Juusto-peruna- paistos G K Kasvispuikko K M	Broilerihöystö G K Peruna Papu-punajuuri- kastike G K	Liha-kaalilaatikko G K M Kasvislasagnette	Lohikiusaus G K Kasvispyörykkä G M Peruna Mangorajakastike	Lindströminpihvi K M Perunasose G K Bataatti-juures- pihvi G M	Mustapippuri- härkä G K Peruna Kasvishoukutus G K
<b>Jälkiruoka</b>	Persikkakiisseli G K M	Marjakiisseli G K M Vaniljakastike	Mansikkakiisseli G K M	Marjakimara G K M Vaniljakastike	Suklaakiisseli G K	Punaherukka- kiisseli G K M	Talkkuna- puolukkarahka K

**G = gluteeniton**

**K = kananmunaton**

**M = maidoton**

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

Lisäksi aterioilla tarjotaan 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.