

Kevät 2019	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
1 7 13 19	Kalkkunakastike Kasvis-juustokastike	Soijarouhe-perunasosevuoka Kasvismusaka	Broileripyörökät Kasviskroketit	Seitikeitto Porkkanasose-keitto Marjajogurtti	Porsaspata Kikherne-kasvishöystö
VKO 2 8 14 20	Broileri-basilikakastike Linssi-kasviskastike	Makaronilaatikko Härkäpapu-makaronilaatikko	Kalapihvit Kasvispihvit	Makkarakeitto Kasvisminestrone Mansikkarahka	Kasviksia currykastikkeessa Tofua soijakastikkeessa
3 9 15 21	Porsas-juurespataa Kasvispataa	Kasvis-pastavuoka Soija-kaalilaatikko	Kalapyörökät Punajuurikroketit	Ohrapuuro Mehukeitto	Broileri-kookoskastike Soijapapupata
4 16 22	Jauhelihakastike Papu-kasviskastike	Linssipastavuoka Soija-hernepasta	Uunimakkara Kasvispihvit	Broilerikeitto Kasvis-juustokeitto Mangojogurtti	Seiticurry Kasviscurry
5 11 17	Broileriwokki Kasvispata	Seitiperunavuoka Kasviskiusaus	Lihapyörökät Falafel-pyörökät	Kasviskeitto Peruna-purjososekeitto Mandariinirahka	Kinkkukastike Kasviskastike
6 12 18	Broileria currykastikkeessa Tofu-kasvis-kastikkeessa	Tonnikala-pastavuoka Kasvispastavuoka	Pinaattiohukaiset Mustajuurisose-keitto	Hernekeitto Kasvishernekeitto Päärynäsmoothie	Nakkikastike Kasviscurry

Amica -sirkkala
Sirkkala-kampus
Sirkkalantie 12 A, 80100 Joensuu
sirkkala@amica.fi

Ruokalista muutokset ovat mahdollisia. Päivän ruokalistan löydät ravintolan linjastosta

VL = Vähälaktoosinen

L = Laktoositon

G = Gluteeniton

M = Maidoton

* = Voi hyvin

A = Sisältää allergeenia

Veg = Vegaaniruoka

VS = Sisältää tuoretta valkosipulia