

Koivupihan Ravintola Kantarelli 1

Voimassa 2018 viikolla: 43

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Keitto	Porkkanasose- keitto K G	Keltainen broileri- vihanneskeitto K G	Juustoinen kasvis- keitto K G	Ohrapuuro K	Hyvän olon kala- keitto K G	Jauhelihakeitto M K G	Pinaattikeitto K G
Lounaat	Appelsiinikukka K G Peruna Parsakaali	Kaalikäryleet M K G Peruna Sateenkaari pork- kana	Uunikala seistä K G Perunasose K G Punajuuret uunissa	Maksa-pekonikas- tike K G Peruna Kukkakaali	Broileripyörykkä M K Kermaperunat K G Currykastike K G Uunijuurekset	Kirjolahikiusaus K G Pikkuporkkana	Riista-juustokäris- tys K G Perunasose K G Puutarhurin sekoit- tus
	Kuskus-kasvispihvi Kermaviilikastike K G	Kasviskäryle M K G	Kahden kasviksen quornsuikalepais- tos K G	Feta-kasvispihvi G Mangoraja-kastike G	Soijarouhe-juusto- käristys K G	Soija-kasvislasag- nette K	Majakanvartijan quornpihvi G
Salaatti- lounas	Lounassalaatti + Lämminsavulohi ja leipäjuusto	Lounassalaatti + kananmuna ja vuo- henjuusto	Lounassalaatti + broilerin fileesuikale	Lounassalaatti + tonnikala	Lounassalaatti + juusto Mozzarella ja Feta	Lounassalaatti soijapala	Lounassalaatti + broilerin fileesuikale, kidney-papu
Jälkiruoka	Mustikkakiisseli M K G	Ruusunmarjakiis- seli M K G	Vanillainen vispi- puuro K	Jogurttimousse mustaherukkakas- tike K G	Omena-kanelikiis- seli M K G	Mangorahka K G	Ananaskiisseli M K G

G = gluteeniton *voi sisältää kauraa **K = kananmunaton** **M = maidoton**

*Jos tarvitset gluteenittoman, kaurattoman ruokavalion, ilmoitathan siitä keittiöön.

Ruuat ovat laktoosittomia, ellei toisin mainita.

Aterioihin sisältyy pääruoka, vihannekset, salaatti, leipä, levite, juoma ja kahvi/tee/kaakao.

Salaattilounaaseen sisältyy salaattit, leipä, levite, juoma ja kahvi/tee/kaakao.

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



Olemme Portaat luomuum portaalla 1

Koivupihan Ravintola Kantarelli 2

Voimassa 2018 viikolla: 44

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Keitto	Bataattikeitto K G	Isännän seikala- keitto K G	Lihakeitto M K G	Broiler-kasviskeitto M K G	Riisipuuro K G Marjakeitto M K G	Kasvissosekeitto K G	Jauhelihakeitto M K G
Lounaat	Paahdettu sianliha- kastike M K G Peruna Lanttu-porkkana	Lihamureke M K G Peruna Ruskeakastike K G K G Kahden kaalin se- koitus	Kahden kalan pais- tos M K Perunasose K G Kruunusekoitus	Kasviskroketit M K G Peruna Juusto-yrttikastike K G Punajuuret uunissa	Broilerihoukutus K G Herne-maissi	Karjalanpaisti M K G Kermaperunat Porkkanalaatikko M K G	Kirjolohi uunissa K G Perunasose K G Juustokastike K G Porkkanaviipale
	Kasvismoussaka K G	Linssi-kasviskas- tike M K G	Parsakaali-pinaatti- pihvipihvi M K G	Kasviskroketit M K G Juusto-yrttikastike K G	Soijapyörykät tahi- tialaiseen tapaan G Riisi-monivilja	Quornkuutiot maissi- currykastik. G	Punajuuripihvi M K G Juustokastike K G
Salaatti- lounas	Lounassalaatti + täysjyväpastasa- laatti, kinkkukuutio	Lounassalaatti + kananmuna ja mo- zarellajuusto	Lounassalaatti + broilerin fileesui- kale	Lounassalaatti + Lämminsavulohi ja leipäjuustokuutio	Lounassalaatti + polar kuutio	Lounassalaatti tonnikala	Lounassalaatti + broilerin fileesui- kale
Jälkiruoka	Puolukkakiisseli M K G Vaniljavaahto K G	Ohukkaat Hillo	Mansikka-ananas- rahka G K	Raparperi-mansik- kakiisseli M K G	Marjakeitto M K G Vaniljainen kerma- vaahto K G	Mustaherukkavis- pipuuro M K	Ruusunmarja- omenakiisseli M K G

G = gluteeniton *voi sisältää kauraa **K = kananmunaton** **M = maidoton**

*Jos tarvitset gluteenittoman, kaurattoman ruokavalion, ilmoitathan siitä keittiöön.

Ruuat ovat laktoosittomia, ellei toisin mainita.

Aterioihin sisältyy pääruoka, vihannekset, salaatti, leipä, levite, juoma ja kahvi/tee/kaakao.

Salaattilounaaseen sisältyy salaattit, leipä, levite, juoma ja kahvi/tee/kaakao.

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



Koivupihan Ravintola Kantarelli 3

Voimassa 2018 viikolla: 45

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Keitto	Nakkikeitto M K G	Casablancan kana-keitto M K G	Peruna-palsternakka-keitto K G	Tomaatti jauhe-lihakeitto M K G	Punainen lohikeitto K G	Mannapuuro K Karhunvadelma-kiisseli MKG	Pehmeä juuresso-sekeitto K G
Lounaat	Kana-kookoskastike M K G Keitetty täysjyväriisi M K G Parsakaali-porkk	Kalapyörykkä K G Peruna Kermaviilikastike K G Porkkana	Mustapippurihärkä K G Peruna Kartanon kasvis	Kalagradiini cheddar K (sis laktoosia) Perunasose K G Herne-maissi	Uunimakkara M K G Juusto-perunapaisot K G Uunijuurekset	Jauheliha-juustovuoka K G Aurinkokasvikset	Broileriwokkipata M K G Keitetty riisi M K G Kahden kaalin sek.
	Tex-mex-kasvisvuoka K G	Punajuuri-kasvispyörykkä M K G	Kasvishoukutus K G	Papu-spaghettipata M K	Koskenlaskijan maisisipyörykkä G	Kasvispaella M K G	Quorn lasagne
Salaattilounas	Lounassalaatti + Lämminsavulohi ja leipäjuusto	Lounassalaatti + kananmuna ja juusto	Lounassalaatti + broilerin fileesuikale	Lounassalaatti + Mozzarella ja Aura juusto	Lounassalaatti + tonnikala	Lounassalaatti + broilerin fileesuikale, papu	Lounassalaatti + soijapala
Jälkiruoka	Persikkarahka K G	Maissikiisseli K G ja Marjasose M K G	Marjakiisseli M K G	Aprikoosikiisseli M K G	Jäätelö K G Mustaherukkakastike M K G	Karhunvadelma-kiisseli M K G	Mustikkakukko K Vaniljakastike K G

G = gluteeniton *voi sisältää kauraa K = kananmunaton M = maidoton

**Jos tarvitset gluteenittoman, kaurattoman ruokavalion, ilmoitathan siitä keittiöön.*

Ruuat ovat laktoosittomia, ellei toisin mainita.

Aterioihin sisältyy pääruoka, vihannekset, salaatti, leipä, levite, juoma ja kahvi/tee/kaakao.

Salaattilounaaseen sisältyy salaattit, leipä, levite, juoma ja kahvi/tee/kaakao.

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



Olemme Portaat luomuum portaalla 1

Koivupihan Ravintola Kantarelli 4

Voimassa 2018 viikolla: 46

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Keitto	Ison Antin kirjolohikeitto K G	Lihakeitto M K G	Perunavelli K G	Juustoinen kana-kasviskeitto K G	Emännän kala-keitto K G	Kasvissosekeitto K G	Riisipuuro K G
Lounaat	Bolognesekastike M K G Tumma kierremakaroni M K Pikku porkkana	Broileripihvi K G Peruna Juusto-yrttikastike K G Parsakaali	Kalamurekepihvi G Perunasose K G Tartarkastike K G Punajuuret uunissa	Parsakaali-pinaattipihvit M K G Juustoperunapais-tos K G Yrttiporkkanat	Lihakaalilaatikko M K G Aurinkokasvis Puolukkasurvos	Sinappinen uunikala K G Peruna Ruohosipulikastike K G Puutarhurin sek.	Lihapata karjalaiseen tapaan M K G Perunasose K G Porkkanalaatikko K G
	Fetajuusto-kasvispaistos K G	Porkkanapyörykkä K G	Kasvis-nuudeli-voika M	Parsakaali-pinaattipihvi M K G	Thai-kasviscurry M K G	Linssi-pastavuoka K	Kuskus- kasvispihvi Mangoraja-kastike G
Salaattilounas	Lounassalaatti + kinkkukuutio ja papumix	Lounassalaatti + kananmuna ja mozzarella-juusto	Lounassalaatti + broilerin fileesuikale	Lounassalaatti + Lämminsavulohi ja leipäjuusto	Lounassalaatti + juustokuutio ja papu	Lounassalaatti tonnikala	Lounassalaatti + broilerin fileesuikale
Jälkiruoka	Vatkattu mansikkapuuro M K	Mustikkakiisseli M K G	Tyrnikerroskiisseli K G	Omena-tiikerijogurtti K	Ananaskiisseli M K G	Suklaakiisseli K G	Karpalokiisseli M K G Kermavaahto K G

G = gluteeniton *voi sisältää kauraa **K = kananmunaton** **M = maidoton**

*Jos tarvitset gluteenittoman, kaurattoman ruokavalion, ilmoitathan siitä keittiöön.

Ruuat ovat laktoosittomia, ellei toisin mainita.

Aterioihin sisältyy pääruoka, vihannekset, salaatti, leipä, levite, juoma ja kahvi/tee/kaakao.

Salaattilounaaseen sisältyy salaattit, leipä, levite, juoma ja kahvi/tee/kaakao.

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



Olemme Portaat luomuum portaalla 1