

Ruokalista 19.8. - 23.8.2019**Maanantai 19.8.2019**

| | |
|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Lounas 1 | Mango-appelsiinibroileri L K G, Keitetty täysjyväriisi M K G VE, Parsakaali-keltainen porkkana, Mustaherukkahillo, Amerikan-frisee-punasalaattisekoitus, Mandariinilohko, Tomaattilohko, Puutarhurin salaatti M K G VE, Papu-paprikasalsa M K G ♥ |
| Kasvislounas | Texmex-kasvisvuoka L K G, Parsakaali-keltainen porkkana, Amerikan-frisee-punasalaattisekoitus, Mandariinilohko, Tomaattilohko, Puutarhurin salaatti M K G VE, Papu-paprikasalsa M K G ♥ |
| Keittolounas | Riisipuuro L K G, Kalkkunaleike M K G, Karpalomehukeitto M K G VE, Amerikan-frisee-punasalaattisekoitus, Mandariinilohko, Tomaattilohko, Puutarhurin salaatti M K G VE, Papu-paprikasalsa M K G |
| Salaattilounas | Amerikan-frisee-punasalaattisekoitus, Mandariinilohko, Tomaattilohko, Puutarhurin salaatti M K G VE, Papu-paprikasalsa M K G, Soijapala M K VE |
| Jälkiruoka lo | Kaura ohukaiset L, Pannarihillo |

Tiistai 20.8.2019

| | |
|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Lounas 1 | Porkkanapyörykkä L K G, Peruna, Big cuts punajuuret M K G, Mangoraja-kastike L G, Jää- punasalaattisalaattisekoitus, Kurkkukuutio, Cantaloupemelonikuutio, Kirsikkatomaatti, Lehtikaalisuikale, Täysjyväpastasalaatti juustolla L K ♥ |
| Kasvislounas | Porkkanapyörykkä L K G, Peruna, Big cuts punajuuret M K G, Mangoraja-kastike L G, Jää- punasalaattisalaattisekoitus, Kurkkukuutio, Cantaloupemelonikuutio, Kirsikkatomaatti, Lehtikaalisuikale, Täysjyväpastasalaatti juustolla L K ♥ |
| Keittolounas | Casablankan kanakeitto M K G, Jää- punasalaattisalaattisekoitus, Kurkkukuutio, Cantaloupemelonikuutio, Kirsikkatomaatti, Lehtikaalisuikale, Täysjyväpastasalaatti juustolla L K ♥ |
| Salaattilounas | Jää- punasalaattisalaattisekoitus, Kurkkukuutio, Cantaloupemelonikuutio, Kirsikkatomaatti, Lehtikaalisuikale, Täysjyväpastasalaatti juustolla L K, Juusto, Mozzarella-pallot, Kanamuna keitetty M G |
| Jälkiruoka lo | Pohjoisen marjaherku L K G |

Keskiviikko 21.8.2019

| | |
|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Lounas 1 | Lasagnette L K, Kahden kaalin sekoitus, Porkkanaraaste, Jää- ja jäävuorivuorisalaattisekoitus, Kesäkurpitsasuikale, Paprikakuutio mix, Täysjyvä-papusalaatti M K ♥ |
| Kasvislounas | Thai-kasviscurry M K G VE, Keitetty moniviljariisi M K VE, Kahden kaalin sekoitus, Porkkanaraaste, Jää- ja jäävuorivuorisalaattisekoitus, Kesäkurpitsasuikale, Paprikakuutio mix, Täysjyvä-papusalaatti M K ♥ |
| Keittolounas | Kahdenkalan keitto M K G, Porkkanaraaste, Jää- ja jäävuorivuorisalaattisekoitus, Kesäkurpitsasuikale, Paprikakuutio mix, Täysjyvä-papusalaatti M K ♥ |
| Salaattilounas | Porkkanaraaste, Jää- ja jäävuorivuorisalaattisekoitus, Kesäkurpitsasuikale, Paprikakuutio mix, Täysjyvä-papusalaatti M K, Broiler fileesuikale uunipaahdettu |
| Jälkiruoka lo | Vanillainen vispipuuro L K |

Ruokalista 19.8. - 23.8.2019**Torstai 22.8.2019**

| | |
|----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Lounas 1 | Uunikala seistä L K G, Peruna, Keltainen porkkana -herne, Tomaatti-purjosalaatti, Cesar-salaattisekoitus, Retiisi, Punajuurisalaatti M G, Papusekoitus ♥ |
| Kasvislounas | Papu-spagettipata M K VE, Keltainen porkkana -herne, Tomaatti-purjosalaatti, Cesar-salaattisekoitus, Retiisi, Punajuurisalaatti M G, Papusekoitus ♥ |
| Keittolounas | Tomaattinen jauhelihakeitto M K G, Tomaatti-purjosalaatti, Cesar-salaattisekoitus, Retiisi, Punajuurisalaatti M G, Papusekoitus ♥ |
| Salaattilounas | Tomaatti-purjosalaatti, Cesar-salaattisekoitus, Retiisi, Punajuurisalaatti M G, Papusekoitus, Juusto, feta L K G, Kananmuna keitetty M G |
| Jälkiruoka lo | Maustamaton jogurtti L K G, Persikkasose |

Perjantai 23.8.2019

| | |
|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Lounas 1 | Lihamureke M G, Peruna, Aurinkokasvikset, Ruskeakastike L K G, Jäävuori-punakaalisalaattisekoitus, Kurkkukuutio, Tomaatti viipale, Nuudelisalaatti M, Papu-paprikasalsa M K G |
| Kasvislounas | Kasvis-papukroketti M K G, Peruna, Aurinkokasvikset, Kurkkuinen kermaviilikastike L K G, Jäävuori-punakaalisalaattisekoitus, Kurkkukuutio, Tomaatti viipale, Nuudelisalaatti M, Papu-paprikasalsa M K G ♥ |
| Keittolounas | Perunavelli L K G, Kalkkunaleike M K G, Jäävuori-punakaalisalaattisekoitus, Kurkkukuutio, Tomaatti viipale, Nuudelisalaatti M, Papu-paprikasalsa M K G |
| Salaattilounas | Jäävuori-punakaalisalaattisekoitus, Kurkkukuutio, Tomaatti viipale, Nuudelisalaatti M, Papu-paprikasalsa M K G, Lämminsavu kirjolohi, Juusto, Leipäjuusto L |
| Jälkiruoka lo | Hedelmäkiisseli M K G VE |