

## Polkan kotipalveluateriat 29.7.24 alkaen (Joensuu, Liperi, Kontiolahti, Lieksa, Heinävesi)

Vk 2024	Vk 2025	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
31 36 41 46 51	4 9 14 19	<b>Mannapuuro</b> Maksamakkara Smoothie	<b>Kasvispyörykkä</b> Peruna Juusto-yrttikastike Kurkkuinen salaatti	<b>Broilerikasviskas- tike</b> Peruna Kuutiopunajuuri	<b>Kalakeitto</b> Juusto Tomaattilohko	<b>Kinkkukiusaus</b> Lisäkekasvis Tuorekurku viipale	<b>Nakkikastike</b> Peruna Lisäkekasvis Täysmehu	<b>Lindströminpihvi</b> Perunasose Kermakastike Lisäkekasvis Tomaattilohko
		Marjarouhekiisseli	Kreikkalainen jogurtti	Vadelma-pää- rynäkiisseli	Aprikoosikiisseli	Mustikkakiisseli	Mansikkakiisseli	Mangojogurtti
32 37 42 47 52	5 10 15 20	<b>Kasvissosekeitto</b> Sulatejuusto Suvisalaatti	<b>Broileripihvi</b> Peruna Ruskeakastike Lisäkekasvis Punajuurikuutio	<b>Jauhelihakastike</b> Täysjyväpasta Lisäkekasvis Italiansalaatti	<b>Kalapyörykkä</b> Peruna Ruohosipulikastike Lisäkekasvis Salaatti	<b>Broilerihöystö</b> Peruna Lisäkekasvis Porkkanaraaste	<b>Lihakeitto</b> Juusto Kiinankaali-porkkana- salaatti	<b>Sianlihakastike</b> Peruna Lisäkekasvis Smoothie hedelmäinen
		Jogurtti mustikka	Rahka-mansikkakeitto	Mangokiisseli	Ruusunmarja-ome- nakiisseli	Banaanijogurtti	Hedelmäkiisseli	Vadelmakiisseli
33 38 43 48	1 6 11 16 21	<b>Riisipuuro</b> Maksamakkara Täysmehu	<b>Kalamurekepihvi</b> Peruna Tillikastike Lisäkekasvis Kurkkuinen salaatti	<b>Kana-kookoskas- tike</b> Täysjyväriisi Lisäkekasvis Mustaherukkahillo	<b>Hernekeitto</b> Juustonappi Porkkanaraaste	<b>Jauheliha-kasviskas- tike</b> Peruna Kiinankaali-kesäkur- pitsa-retiisisalaatti	<b>Uunikala</b> Perunasose Lisäkekasvis Tuorekurkkuviipale	<b>Lihapyörykkä</b> Peruna Porkkanamuhennos Tomaattilohko
		Mustikkakiisseli	Omenasosekiisseli	Mansikkakeitto	Karpalomehukeitto	Hedelmäkiisseli	Rahka-mangokeitto	Rahkavaahto
34 39 44 49	2 7 12 17 22	<b>Perunavelli</b> Sienisalaatti	<b>Ruusunmarjabroileri</b> Täysjyväriisi Lisäkekasvis Suvisalaatti	<b>Inkivääriporsas</b> Peruna Lisäkekasvis Salaatti	<b>Kalakepukka</b> Peruna Tilliruohosipulikastike Lisäkekasvis Tuorekurkkuviipale	<b>Kasvispihvi Porkkana</b> Peruna Juustoyrttikastike Tomaattilohko	<b>Juustoinen kanakas- viskeitto</b> Kiinankaali-kesäkur- pitsa-retiisisalaatti	<b>Jauheliha-juustovuoka</b> Lisäkekasvis Täysmehu
		Vanillainen vispi- puuro	Kuningatarkiisseli	Rahkavaahto man- sikka	Omena-kanelikiisseli	Mustikkakiisseli	Persikkarahka	Raparperi-mansikkakiis- seli
35 40 45 50	3 8 13 18 23	<b>Ohrapuuro</b> Maksamakkara Maustekurkku	<b>Riista-juustokäristys</b> Perunasose Lisäkekasvis Salaatti kurkkuinen	<b>Jauhelihapihvi</b> Peruna Ruskeakastike Lisäkekasvis Mandariini	Lohipyörykkä Peruna Tillikastike Lisäkekasvis Tomaattilohko	<b>Broilerihoukutus</b> Lisäkekasvis Kiinankaali-kesäkur- pitsa-retiisisalaatti	<b>Juuressosekeitto</b> Juusto Tomaattilohko	<b>Palapaisti</b> Peruna Lisäkekasvis Tuorekurkkuviipale
		Mansikkakeitto	Ruusunmarjakiisseli	Kerrosviili	Mansikka-vadelma- kiisseli Lähi	Puolukkakiisseli	Mansikka-raparperi- puuro	Omenasosekiisseli