

MUUTOS EKKS ruokalista VIIKKO 25

Kaikilla aterioilla on tarjolla leipää, kasvirasvavevitettä, maitoa ja piimää. Iltaisin teetä, kahvia tai kaakaota tilanteen mukaan.

VIIKKO 25

Maanantai

Aamupala
3-viljanpuuro
Juusto
Tuoremehu
Lounas
Broilerikastike
Riisi-ohralisäke
Höyrytetyt porkkanat
Rapea-kurkku-
paprikasalaatti
Vadelmajogurtti

Päiväkahvi
Kahvileipä

Päivällinen
Tonnikalamusaka
Rapea-tomaatti-
ananassalaatti

Iltaapala
Mehukeitto
Rouheleipä
Sulatejuusto
Vihannes

Tiistai

Aamupala
Kauralesepuuro
Munakokkeli
Vihannes
Lounas
Liha-spagettivuoka
Rapea-tomaatti-
kesäkurpitsasalaatti
Persikkakiisseli

Päiväkahvi
Kahvileipä

Päivällinen
Bataatti-juurespihvit
Kermaviilikastike
Perunat
Rapea-kurkku-
maissisalaatti

Iltaapala
Riisipiirakka
Leikkele
Vihannes

Keskiviikko

Aamupala
Ruishiutalepuuro
Leikkele
Omenasose
Lounas
Kalaseljanka
Ruisleipä
Mansikkarahka

Päiväkahvi
Kahvileipä

Päivällinen
Willimiehen pata
Rapea-porkkana-
kurpitsasalaatti

Iltaapala
Hedelmäpuuro
Rieska
Juusto

Torstai

Aamupala
Ohrahiutalepuuro
Leikkele
Tuoremehu
Lounas
Kasvislasagne
Raejuusto
Vihersalaatti
Karviaiskiisseli

Päiväkahvi
Kahvileipä

Päivällinen
Lihakeitto
Ruisleipä
Puolukkavispipuuro

Iltaapala
Vaniljajogurtti
Rouheleipä
Leikkele
Vihannes

Perjantai

Aamupala
Vehnähiutalepuuro
Juusto
Marjasekoitus
Lounas
Broileria
gruusialaisittain
Perunat
Lämmin kasvis
Rapea-tomaatti-
kurkkusalaatti
Ohukaiset
Hillo

Päiväkahvi
Kahvileipä

Päivällinen
Keitetyt nakit
Perunasose
Perunasalaatti
Coleslaw

Iltaapala
Graham-
mustikkapuuro

Lauantai

Aamupala
Hyvän elon puuro
Kananmuna
Tuoremehu
Lounas
Uunikirjolohti
Kermaviilikastike
Perunat
Rapea-tomaatti-
vesimelonisalaatti
Tillikurkut
Raparperipaistos
Vaniljakastike

Päiväkahvi
Kahvileipä

Päivällinen
Juusto-
kalkkunakeitto
Hedelmä

Iltaapala
Rouheleipä
Juusto
Vihannes

Sunnuntai

Aamupala
4-viljan puuro
Hedelmäsose
Vihannes
Lounas
Palapaisti
Perunat
Lämmin kasvis
Rapea-tomaatti-
punakaalisalaatti
Jäätelö
Marjainen hillo

Päiväkahvi
Kahvileipä

Päivällinen
Mannapuuro
Marjakeitto
Leikkele

Iltaapala
Muna-riisipasteija
Tuoremehu