

MUUTOS Ympäri.v.palv.as. ruokalista VIIKKO 32

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

VIIKKO 32

Maanantai

Aamupala
Kaurahiutalepuuro
Juusto
Vihannes

Lounas
Jauhelihakastike
Perunat
Kaali-porkkana-
tomaattisalaatti
Puolukkarahka

Päiväkahvi
Kahvileipä

Päivällinen
Keltainen broileri-
kasvisvuoka
Punakaali-kurkku-
mustaherukka
salaatti

Iltaapala
Puolukkarahka
Vihannes

Tiistai

Aamupala
Vehnähiutalepuuro
Leikkele
Hedelmäsose

Lounas
Tonnikalalasagne
Rapea-tomaatti-
kurkkusalaatti
Omena-kanelikiisseli

Päiväkahvi
Kahvileipä

Päivällinen
Suikalelihakastike
Perunasose
Porkkanaraaste

Iltaapala
Ruisleipä
Juusto
Vihannes

Keskiviikko

Aamupala
Ruis-
ohrahiutalepuuro
Leikkele
Tuoremehu

Lounas
Broilerikeitto
Rouhesämpylä
Ohukaiset
Marjainen hillo

Päiväkahvi
Kahvileipä

Päivällinen
Uunimakkara
Perunasose
Kaali-tomaattisalaatti

Iltaapala
Riisipiirakka
Munavoi
Vihannes

Torstai

Aamupala
4-viljan puuro
Juusto
Vihannes

Lounas
Juustomestarin
kiusaus
Rapea-kurkku-
persikkasalaatti
Kolmenmarjan
kiisseli

Päiväkahvi
Kahvileipä

Päivällinen
Koskenlaskijan
kalakeitto
Ruisleipä
Juusto
Vihannes

Iltaapala
Hedelmäkeitto
Liha-riisipasteija

Perjantai

Aamupala
3-viljanpuuro
Kananmuna
Tuoremehu

Lounas
Tomaattikala
Perunat
Rapea-kurkku-
maissisalaatti
Jogurtti-
mangomousse

Päiväkahvi
Kahvileipä

Päivällinen
Riisipuuro
Mehukeitto
Leikkele
Vihannes

Iltaapala
Maustettu
viili
Rouheleipä
Vihannes

Lauantai

Aamupala
Kauralesepuuro
Leikkele
Mansikkasose
Vihannes

Lounas
Kalkkunakastike
Perunat
Punakaali-
mustaherukka
salaatti
Vadelmakiisseli

Päiväkahvi
Kahvileipä

Päivällinen
Jauheliha-
perunasoselaatikko
Rapea-kurkku-
hunajamelonisalaatti

Iltaapala
Täysjyväleipä
Tuorejuusto
Hedelmä

Sunnuntai

Aamupala
Ruishiutalepuuro
Munakokkeli
Tuoremehu

Lounas
Uunikirjolohi
Kermaviilikastike
Perunat
Lämmin kasvis
Lehtisalaatti
Marjainen
rahkajogurtti
Päiväkahvi
Kahvileipä

Päivällinen
Aurinkoinen
bataattikeitto
Raejuusto
Ruissämpylä
Vihannes

Iltaapala
Graham-
mustikkapuuro

MUUTOS Ympäriv.palv.as. ruokalista VIIKKO 32