

Viikon ruokalista

viikko 17, 2024

L= laktoositon M= maidoton G= gluteeniton @= Sydänmerkki, Lounas sisältää salaattipöydän, juomat, levitteen ja leivän. Lihan alkuperä Suomi. Ruokalistamuutokset mahdollisia.

Maanantai 22 Huhtikuu

Aamiainen	Puuro	Kahdenviljanhiutalepuuro L,M
	Tuorepala	Tomaattiviiipale
Lounas	Pääruoka	Lempeä broilerikeitto L,G
	Lisäke 1	Moniviljaruutu L, M
	KAS Pääruoka	Täyteläinen kesäkeitto L,G
Välipala iltapäivä	Välipala 1	Kauranappi L,M
	Välipala 2	Kurkkuviiipale
	Välipala 3	Edamjuustoviiipale, L,G

Tiistai 23 Huhtikuu

Aamiainen	Puuro	Vehnähiutalepuuro L,M
	Tuorepala	Paprikapala
Lounas	Pääruoka	Kalakepukka L, M, G
	Lisäke 1	Keitetyt perunat
	Lisäke 2	Kermaviilikastike L,G
	KAS Pääruoka	Kasviskepukka L,M,G,VEG
Välipala iltapäivä	Välipala 1	Maustamaton jogurtti L,G
	Välipala 2	Kotimaiset marjat

Keskiviikko 24 Huhtikuu

Aamiainen	Puuro	Kaurahiutalepuuro L,M
	Tuorepala	Banaani
Lounas	Pääruoka	Kasvispastavuoka L
	Lämmin kasvis	Kahdenkaalinsekoitus
	KAS Pääruoka	Kasvispastavuoka L
Välipala iltapäivä	Välipala 1	Puolukkavispipuuro L,M
	Välipala 2	Omena

Torstai 25 Huhtikuu

Aamiainen	Puuro	Neljänviljanhiutalepuuro L,M
	Tuorepala	Porkkanapala
Lounas	Pääruoka	Hernekeitto jauheliha L,M,G
	Lisäke 1	Edamjuustoviiipale, L,G
	KAS Pääruoka	Hernekeitto, kasvis L,M,G @
Välipala iltapäivä	Välipala 1	Pannari, L
	Välipala 2	Sekahillo
	Välipala 3	Kotimaiset marjat

Perjantai 26 Huhtikuu

Aamiainen	Puuro	Orahiutalepuuro L,M
	Tuorepala	Kotimaiset marjat
Lounas	Pääruoka	Nakkikastike L,M,G
	Lisäke 1	Keitetyt perunat
	KAS Pääruoka	Kasvisnakkikastike L, M, G
Välipala iltapäivä	Välipala 1	Hedelmäsalaatti L,M,G
	Välipala 2	Hapankorppu L, M