

Viikon ruokalista

viikko 51, 2025

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

Maanantaina 15 Joulukuu

Aamiainen	Puuro	Kahdenviljanhiutalepuuro L,M
	Tuorepala	Tomaattiviipale VEG
Lounas	Pääruoka	Broileri-kasviskeitto L,M,G
	Lisäke 1	Perunalimppu L,M
	Lisäke 2	Palvikinkku L,M,G
	KAS Pääruoka	Quorn-kasviskeitto L,M,G
Välipala iltapäivä	Välipala 1	Ohukainen L
	Välipala 2	Mansikka VEG
	Välipala 3	Päärynäsose L,M,G

Tiistaina 16 Joulukuu

Aamiainen	Puuro	Vehnähiutalepuuro L,M
	Tuorepala	Omenasose L,M,G
Lounas	Pääruoka	Kalapuikko L,M
	Lisäke 1	Keitetyt perunat L,M,G
	Lisäke 2	Tilli-kermaviilikastike L,G
	KAS Pääruoka	Kasvis-papukroketti L,M,G,VEG, @
Välipala iltapäivä	Välipala 1	Hiivaleipä, viipale L,M
	Välipala 2	Palvikinkku L,M,G
	Välipala 3	Kurkkuviipale VEG

Keskiviikkona 17 Joulukuu

Aamiainen	Puuro	Kaurahiutalepuuro L,M
	Tuorepala	Banaani VEG
Lounas	Pääruoka	TEX-MEX jauheliha-perunavuoka L,G
	Lämmin kasvis	Papumix L,M,G
	KAS Pääruoka	TEX-MEX perunavuoka L,M,G,VEG
Välipala iltapäivä	Välipala 1	Välipala, Talon tapaan
	Välipala 2	Tuorepala VEG

Torstaina 18 Joulukuu

Aamiainen	Puuro	Neljänviljanhiutalepuuro L,M
	Tuorepala	Porkkanapala VEG
Lounas	Pääruoka	Porkkananappi L,M,G,VEG
	Lisäke 1	Keitetyt perunat L,M,G
	Lisäke 2	Mangoraja L,G
	KAS Pääruoka	Porkkananappi L,M,G,VEG
Välipala iltapäivä	Välipala 1	Gahamsämpylä L,M, @
	Välipala 2	Edamjuustoviipale, L,G
	Välipala 3	Tomaattiviipale VEG

Perjantaina 19 Joulukuu

Aamiainen	Puuro	Orahiutalepuuro L,M
	Tuorepala	Kotimaiset marjat L,M,G
Lounas	Pääruoka	Rusinakiisseli L,M,G
	Lisäke 1	Riisipuuro L,G
	Lisäke 2	Maustelimppu L,M, Heino
	KAS Pääruoka	Rusinakiisseli L,M,G
Välipala iltapäivä	Välipala 1	Välipala, Talon tapaan
	Välipala 2	Tuorepala VEG