

**KOTIATERIAPALVELUN RUOKALISTA viikosta 33 / 2022** L = laktoositon, G = gluteeniton, M = maidoton

vko		Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
I 37,43 49,1,7 13,19 25,31	Lounas	Lohikeitto, <b>G, L</b> juusto, tuoremehu  Hedelmäinen puuro, <b>M</b>	Kebabkastike, <b>M</b> perunat höyrytetty kasvis tuoresalaatti Vadelmakiisseli, <b>G, M</b>	Jauhelihapihvit <b>M</b> muusi, <b>G, L</b> kastike, <b>M</b> vihersalaatti Viili	Broileri-pennepasta, <b>L</b> tuoresalaatti  Mustikkahyve, <b>L</b>	Jauhelihakeitto, <b>G, M</b> juusto  Puolukkapuuro, <b>M</b>	Lindströmin-pihvit, <b>G, L</b> kastike, <b>L</b> perunat, puolukkasose Mangokiisseli, <b>G, M</b>	Palapaisti, <b>M</b> perunat höyrytetty kasvis salaatti Suklaamousse, <b>G, L</b>
II 38,44 50,2 8,14 20,26 32	Lounas	Nakkikeitto, <b>G, M</b> tuorepala  Ruismarjapuuro, <b>M</b>	Kasvispihvit / - pyörökät, <b>G, M</b> muusi, <b>G, L</b> mangorajakastike, <b>G, L</b> vihersalaatti Aprikoosikiisseli, <b>G, M</b>	Kirjolohi-perunakiusaus, <b>G, L</b> tuoresalaatti  Mustaherukka-kiisseli, <b>G, M</b>	Chili con Carne, <b>M</b> perunat tuoresalaatti  Mangovanukas, <b>G, M</b>	Nakkikastike, <b>M</b> perunat höyrytetty kasvis tuoresalaatti Marjainen raejuustovahto, <b>G, L</b>	Kasvispihvit, <b>G, M</b> perunat kastike, <b>L</b> punajuurisalaatti Karhunvadelma-kiisseli, <b>G, M</b>	Stroganoff, <b>M</b> perunat salaatti  Herkkumousse, <b>G, L</b>
III 33,39 45,51 3,9,15 21,27	Lounas	Broilerikeitto, <b>G, L</b> juusto, tuoremehu  Marjapuuro, <b>M</b>	Kalapyörökät, <b>G, L</b> muusi, <b>G, L</b> vaalea kastike, <b>L</b> tuoresalaatti, punajuurisuikele Hedelmävanukas, <b>G, M</b>	Jauheliha- perunapekonikiusaus, <b>G, L</b> vihersalaatti  Viili / kerrosviili, <b>G</b>	Lihahöystö, <b>M</b> perunat vihersalaatti  Appelsiiniikiisseli, <b>G, M</b>	Hernekeitto, <b>G, M</b> juusto  Pannukaku, <b>L + hillo</b>	Kirjolohi-keitto, <b>G, L</b> maksamakkara tuoremehu  Mansikkikiisseli, <b>G, M</b>	Sianlihakastike, <b>M</b> perunat höyrytetty kasvis salaatti  Hedelmärahka, <b>G, L</b>
IV 34,40 46,52 4,10 16,22 28	Lounas	Juustoinen kasvissose- keitto, <b>G, L</b> leikkele  Vispipuuro, <b>M</b>	Lihapyörökät, <b>M</b> kastike, <b>M</b> perunat tuoresalaatti  Huituvelli, <b>L</b>	Makaronilaatikko, <b>L</b> vihersalaatti porkkanaraaste (syksy)  Vadelmakiisseli, <b>G, M</b>	Kalakemureke, <b>G, L</b> pinaattiperunamuusi, <b>G, L</b> , kastike, <b>M</b> punajuurikuutio  Punaherukka-kiisseli, <b>G, M</b>	Broilerikiusaus, <b>G, L</b> salaatti  Aprikoosivanukas, <b>G, M</b>	Kaalipata, <b>G, M</b> mustaherukkahillo  Ohrajauho-mustikkapuuro, <b>M</b>	Riista-käristys, <b>G, M</b> muusi, <b>G, L</b> puolukkasose  Suklaakinuskivanukas, <b>G, L</b>
V 35,41 47,5 11,17 23,29	Lounas	Lihakeitto, <b>G, M</b> juusto tuorepala  Hedelmäpuuro, <b>M</b>	Silakkapihvit, <b>M</b> / Kalapihvit, <b>M</b> / <b>L</b> muusi, <b>G, L</b> tuoresalaatti  Puolukkavanukas, <b>G, M</b>	Broileri-perunasuikale- kiausaus, <b>G, L</b> vihersalaatti  Suklaavanukas, <b>G, L</b>	Jauhelihakastike, <b>M</b> perunat höyrytetty kasvis tuoresalaatti Marja-talkkunaraha, <b>L</b>	Sianliha-purjo-perunaviipalelaatikko, <b>G, M</b> vihersalaatti Mustaherukkakiisseli, <b>G, M</b> + raejuusto, <b>G, L</b>	Jauhelihamureke, <b>G, M</b> muusi, <b>G, L</b> kurkkusalaatti Ruusunmarjakiisseli, <b>G, M</b>	Karjalanpaisti, <b>G, M</b> perunat höyrytetty parsakaali salaatti Hedelmärahka, <b>G, L</b>
VI 36,42 48,6 12,18 24,30	Lounas	Perunasosepata, <b>G, L</b> tuoresalaatti  Marjakiisseli, <b>G, M</b>	Broilerikastike, <b>M</b> perunat vihersalaatti  Mansikka-Raparperiikiisseli, <b>G, M</b>	Uunimakkara, <b>G, M</b> muusi, <b>G, L</b> tuoresalaatti  Mustaherukka-kiisseli, <b>G, M</b>	Tonnikalapasta, <b>L</b> vihersalaatti  Sitruunakiisseli, <b>G, M</b>	Lihapullakeitto, <b>G, M</b> juusto  Ruispuolukkapuuro, <b>M</b>	Jauhelihapihvit, <b>L</b> kerma-perunat, <b>G, L</b> salaatti Porkkana-ananskiisseli, <b>G, M</b>	Lihahöystö, <b>G, M</b> perunat salaatti  Marjarahka, <b>L</b>