

MATTILAN RUOKALISTA viikko 8 / 2023



Kiertävän ruokalistan lista nro 2

L = laktoositon, G = gluteeniton, M = maidoton

II	Ateria	Maanantai	Tiistai 21.2. Laskiaistiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Vko 8	Lounas	Nakkikeitto, G, M tuorepala Ruismarjapuuro, M	Hernekeitto, G, M juusto, rieska Pannukakku, L + hillo	Kirjolohti-perunakiusaus, G, L tuoresalaatti punajuuri Mustaherukka-kiisseli, G, M	Chili con Carne, M perunat tuoresalaatti Mangovanukas, G, M	Nakkikastike, M perunat höyrytetty kasvis tuoresalaatti Marjainen raejuustovaahdo, G, L	Kasvispihvit, G, M perunat kastike, L punajuurisalaatti Karhunvadelma-kiisseli, G, M	Stroganoff, M perunat salaatti Herkkumousse, G, L
	Päivällinen	Perunaviipale- jauhelihaatikko, G, M salaatti Marjajälkiruoka, G	Ohrahiutalevelli leikkele, tuorepala Mansikkakiisseli, G, M	Broileri-pekoni- keitto, G, M pehmopalat Omenapaistos, L + vaniljakastike, G, L	Kalakeitto, G, L maksamakkara Mustikkakiisseli, G, M	Helmivelli, G leikkele Kokinkkiisseli	Lihapulla- keitto, G, M tuorepala Jogurtti	Riisipuuro, G sämpylä, leikkele Hedelmäkiisseli, G, M