

Opintien keittiö tarjoaa...

Ruokalista ajalle 23.3.-27.3.2020 / vko 13

Aina tarjolla näkkileipää, levitettä, maitoa/piimää

5	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA
Ma	Ruishiutalepuuro tuorepala	Kasvistäytteen broileripatukka, riisi, currykastike Vihersalaatti	Omenastruudeli
Ti	4-viljanpuuro, hedelmäpala	Hernekeitto, ruisleipä, juusto, tuorepala Pannukakku	Maitokiisseli
Ke	Kauralesepuuro, marjakeitto,	Kasviskiusaus Tuoresalaatti	Hedelmäsalaatti,
To	Kahdenviljanpuuro, kananmuna	Lihakeitto, pehmeä leipä, juusto, tuorepala	Croissant mehu
Pe	Kaurapuuro juusto tuorepala	Lohikiusaus, lämminkasvis tuoresalaatti	Sämpylä

Ruokalistamuutokset mahdollisia.

**Hyvää
ruokahalua!**

T: Keittiön väki



Opintien keittiö tarjoaa...

Ruokalista ajalle 23.3.-27.3.2020 / vko 13

Aina tarjolla näkkileipää, levitettä, maitoa/piimää

5	LOUNAS	
Ma	Kasvistäytteinen broileripatukka, riisi, currykastike Vihersalaatti	L
Ti	Hernekeitto, ruisleipä, juusto, tuorepala Pannukakku	M, GL
Ke	Kasviskiusaus Tuoresalaatti	L, GL
To	Lihakeitto, pehmeä leipä, juusto, tuorepala	GL, L
Pe	Lohikiusaus, lämminkasvis tuoresalaatti	GL, L

Ruokalistamuutokset mahdollisia

L laktoositon, M maidoton, GL gluteeniton, K kanamunaton

Hyvää ruokahalua!

T. Keittiön väki



Vuokkoharjun päiväkotiki

Ruokalista ajalle vko 23.3.-27.3.2020 vko 13

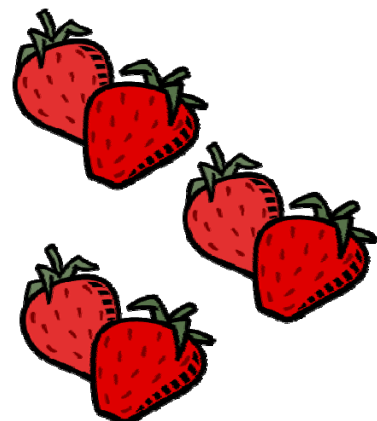
Aina tarjolla näkkileipää, levitettä, maitoa/piimää

5	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA
Ma	Kaurapuuro, ruisleipä, leikkele, kurkku	Broilerinugeetti, viljalisäke, kastike, vihersalaatti	Jogurtti
Ti	Neljänviljanpuuro, leipä, juusto, hedelmä	Hernekeitto, ruisleipä, juusto, tuorepala	Pannukakku, hillo
Ke	Vehnäpuuro, leipä, leikkele, tuoremehu	Maksapihvit, perunat, kastike, vihersalaatti	Päärynäkiisseli
To	Kauralesepuuro, leipä, juusto, marjakeitto	Lihakeitto, perunapiirakka, tuorepala	Vatruska, kaakao
Pe	Ruispuuro, leipä, leikkele, hedelmä	Lohenpyytäjänpaistos, vihersalaatti	Juustoleipä, tuorepala

Ruokalistamuutokset mahdollisia.

**Hyvää
ruokahalua!**

T: Keittön väki



VUOKKO HARJUN KEITTIÖ TARJOAA

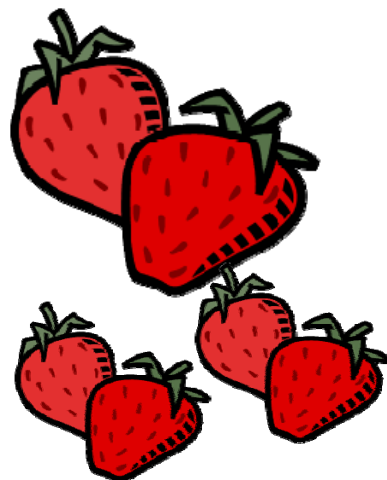
Kotipalveluateriat / ruokalista ajalle 23.3.-27.3.2020 / vko 13

5	Lounas
Ma	Broilerinugetti, kastike, viljalisäke, vihersalaatti Ananasrahka
Ti	Hernekeitto, ruisleipä, juusto, tuorepala Pannukakku ja hillo
Ke	Maksapihvit, perunat, kastike, salaatti, puolukkahillo Päärynäkiisseli
To	Lihakeitto, perunapiirakka, tuorepala Marjainen kauralesepuuro
Pe	Lohenpyytäjänpaistos, kasvis, vihersalaatti Mustikkakiisseli

Ruokalistamuutokset mahdollisia.

Hyvää Ruokahalua!

T: Keittiön väki



VUOKKO HARJUN KEITTIÖ TARJOAA

Kotipalveluateriat / ruokalista ajalle 23.3.-29.3.2020 / vko 13

5	Lounas
Ma	Broilerinugeetti, kastike, viljalisäke, vihersalaatti Ananasrahka
Ti	Hernekeitto, ruisleipä, juusto, tuorepala Pannukakku ja hillo
Ke	Maksapihvit, perunat, kastike, salaatti, puolukkahillo Päärynäkiisseli
To	Lihakeitto, perunapiirakka, tuorepala Marjainen kauralesepuuro
Pe	Lohenpyytäjänpaistos, kasvis, vihersalaatti Mustikkakiisseli
La	Lihamureke, porkkanalaatikko, kastike, tuorepala Marjakiisseli
Su	Broilerileike, perunasose, kastike, tuorepala Hedelmäjogurtti

Ruokalistamuutokset mahdollisia.

Hyvää Ruokahalua!

T; Keittiön väki

