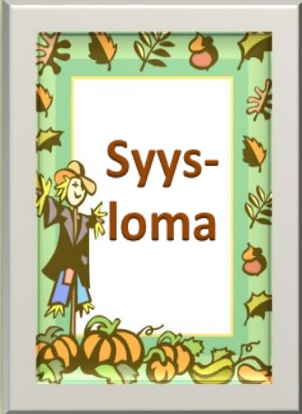


Ruokapalvelu

Sydänmerkkiateriat tunnistaa 'parempi valinta' merkistä



vko pv	41 7.10. - 11.10.2019	42 14.10. - 18.10.2019	43 21.10. - 25.10.2019	44 28.10. - 1.11.2019	45 4.11. - 8.11.2019	46 11.11. - 15.11.2019
MA	JUUSTO-PAPUPATA (G,K) peruna salaattipöytä 6	PUNAJUURIKASTIKE (G,K) peruna salaattipöytä 9	LINSSIKASTIKE (G,K) tumma riisi salaattipöytä 3 hillo	SOIJA- MURUKASTIKE (G,K) peruna salaattipöytä 5	JUUSTO- PORKKANAPATA (G,K) tumma riisi salaattipöytä 8 hillo	KIINALAINEN KASVISKASTIKE (G,K) peruna salaattipöytä 2
TI	PASTA-KASVISVUOKA (K) salaattipöytä 7 hillo	PAPUKROKETTI (M,G,K) currykastike (G,K) peruna salaattipöytä 1	KASVISMILANESE (M,G) ruskea kastike (G,K) peruna salaattipöytä 4	KARIBIAN KASVISPIHVI (M,G,K) perunasose (G,K) cole slaw salaatti	PUNAJUURI- LAATIKKO (G,K) vihannesmix punajuuri viljan leipä	KASVISPAELLA (M,G,K) salaattipöytä 3 aurinkoleipä
KE	TOMAATTI- LINSSIKEITTO (M,G,K) paprika, juusto moniviljaruutu	lähiruokapäivä PORKKANANAPIT (M,G,K) Säkylä kermaviilikastike (G,K), Sipoo peruna, Eurajoki leipäjuustosalaatti, Jalasjärvi grahamsämpylä, Pori		MIFU-PASTAVUOKA salaattipöytä 6	KASVISPYÖRYKKÄ(M,G) tomaattikastike (G,K) peruna salaattipöytä 9	PINAATTIOHUKAISET vaalea kastike (G,K) peruna juustosalaatti puolukkahillo
TO	KREIKKALAINEN KASVISKUSAUS (G,K) salaattipöytä 8 majurin limppu	SOIJA- MAKARONILAATIKKO salaattipöytä 2		KELTAINEN KEVÄTKEITTO (G) kurkku aurinkosämpylä	JUUSTO-PAPUPATA (G,K) peruna salaattipöytä 1	PUUTARHURIN- KEITTO (G,K) porkkana ruisruutu
PE	KASVISHAMPURILAINEN mansikkajogurtti (ei sovi LA) omenalohkot	KASVIMINESTRONE (M,K) omenalohkot ruisruutu		PORKKANAPIHVI (M,G,K) tartarkastike (G,K) peruna salaattipöytä 7	HERNEKEITTO (M,G,K) kurkku varrasleipä, juusto	NYHTÖKAURA- RIISIVUOKA (M,K) juustoraaste salaattipöytä 4

Jokaiseen ateriaan kuuluu lisäksi ruokajuoma, levite ja leipä.

Ruoka on laktoositon, mikäli ei toisin mainita. Lisäksi ilmoitetaan mikäli ruoka on maitoproteiiniton = M, gluteeniton = G, kananmunaton = K

