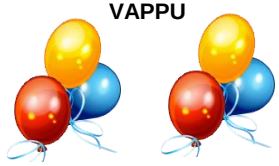
Rauma

Ruokapalvelu

Sydänmerkkiateriat tunnistaa 'parempi valinta' merkistä

KASVISLISTA 1 -

Kaaro, Kodisjoki, Kortela, Lappi, Pohjoiskehä, Unaja, Vasarainen, VARHAISKASVATUS

vko pv	13 23.3. - 27.3.2020	14 30.3. - 3.4.2020	15 6.4. - 10.4.2020	16 13.4. - 17.4.2020	17 20.4. - 24.4.2020	18 27.4. - 1.5.2020
MA	**JUUSTO-PAPUPATA (G,K)** peruna salaattipöytä 1	**PUNAJUURIKASTIKE (G,K)** tumma riisi, vihannesmix maustekurkku	**KASVISPIHVI (M,G)** ruskea kastike (G) peruna salaattipöytä 7	**2. pääsiäispäivä** 	**JUUSTO-PORKKANAPATA (G,K)** tumma riisi salaattipöytä 4 hillo	**KIINALAINEN KASVISKASTIKE (G,K)** peruna salaattipöytä 7
TI	**PASTA-KASVISVUOKA (K)** salaattipöytä 2 hillo	**KASVISSOSEKEITTO (G)** riisipiirakka keitetty muna paprika	**KASVISMINESTRONE (M,G)** ruisruutu omenalohkot	**PUNAINEN JUURESHÖYSTÖ (M,G,K)** pasta salaattipöytä 1	**HERNEKEITTO (M,G)** keitto sopii kasvisruokailijoille varrasleipä polarjuusto kurkku	**PUUTARHURIN-KEITTO (G,K)** ruislimppu porkkana
KE	**KASVISBORSSI (M,G,K)** **smetana** moniviljaruutu kurkku	**KASVISGRATIINI (G,K)** peruna salaattipöytä 4	**MIFU-NUUDELIVUOKA** salaattipöytä 8	**JUURESKIUSAUS (G,K)** salaattipöytä 2 punajuuri	**KASVISPYÖRYKKÄ (M,G)** puolukkakastike (G) peruna salaattipöytä 5	**PINAATTIOHUKAISET** vaalea kastike (G) peruna juustosalaatti puolukkahillo
TO	**OHRAHIUTALEPUURO** mansikkakeitto (M,G) ruispala rustiikki, juusto	**SOIJA-MAKARONILAATIKKO** salaattipöytä 5	**QUORN NUGGET (M,K)** mangorajakastike (G) uuniperuna salaattipöytä 9	**KELTAINEN KEVÄTKEITTO (G)** grahamsämpylä kurkku	**JUUSTO-PAPUPATA (G,K)** peruna salaattipöytä 6	**KASVISTIKUT (M,G,K)** kermaperunat (G) salaattipöytä 8 **munkki + sima**
PE	**JUURESPIHVI (M,G,K)** kermaviilikastike (G) peruna salaattipöytä 3	**PAPUKROKETTI (M,G,K)** currykastike (G) peruna salaattipöytä 6	**pitkäperjantai** 	**PORKKANAPIHVI (M,G,K)** sitruunakastike lämmin (G) peruna salaattipöytä 3	**PUNAJUURI-LAATIKKO (G,K)** vihannesmix punajuuri viljan leipä	**VAPPU** 

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