



Ateriapäivä: 19.10.2020 - 29.11.2020

**NORTAMO JA KIRJASTO**

Erytisruokavaliomerkinnot: l=laktoositon, m=maidoton (jos on m on myös l), g=gluteeniton

**Maanantai 19.10.2020    Tiistai 20.10.2020    Keskiviikko 21.10.2020    Torstai 22.10.2020    Perjantai 23.10.2020**

Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Makkarasoosi m Peruna Unijuurekset Salaatti	Silakkapihvi m Perunasose Pikkuporkkana Salaatti	Broiler-nuud.vuoka m Parsakaali Salaatti	Karjalanpaisti m,g Peruna Vihannesmix Salaatti	Jauhemaksapihvi m,g Paistettu sipuli Peruna Porkkanasekoitus Puolukkasurvos Salaatti

**Maanantai 26.10.2020    Tiistai 27.10.2020    Keskiviikko 28.10.2020    Torstai 29.10.2020    Perjantai 30.10.2020**

Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Jauhelihablogne m,g Pasta Juustoraaste Vihannesmix Salaatti	Smetanabroiler l,g Peruna Porkkanasuikale Salaatti	Uunikirjoloji m,g Sitruunakastike l,g Perunasose l,g Parsakaali Salaatti	Hernekeitto m,g Salaatti  Pannukakku l Hillo	Lindström pihvi m,g Ruskea kastike l,g Peruna Herne Salaatti

**Maanantai 2.11.2020    Tiistai 3.11.2020    Keskiviikko 4.11.2020    Torstai 5.11.2020    Perjantai 6.11.2020**

Lounas	Lounas	Lounas	Lounas	Lounas
Savuporotäyte l,g Uniperuna Herne-maissi-porkkana Salaatti	Jauhelihapihvi m,g Ruskea kastike l,g Peruna Pikkuporkkana Salaatti	Br.-ananaspata l,g Peruna Herne Salaatti	Kasvispyörykkä l,g Juustokastike l,g Peruna Vihannesmix Salaatti	Merim. kirjoloji l,g Peruna Unijuurekset Salaatti



## NORTAMO JA KIRJASTO

Erityisruokavaliomerkinnot: l=laktoositon, m=maidoton (jos on m on myös l), g=gluteeniton

Maanantai 9.11.2020

Tiistai 10.11.2020

Keskiviikko 11.11.2020

Torstai 12.11.2020

Perjantai 13.11.2020

Lounas

Lounas

Lounas

Lounas

Lounas

Chili con carne m,g  
Tumhariisi  
Vihannesmix  
SalaattiUunimakkara l,g  
Kermakastike l,g  
Juuessose  
Herne  
Perunasalaatti, kirk  
SalaattiKievin kana l  
Mangoraj-ky.kast l,g  
Peruna  
Porkkanasuikale  
SalaattiAntin k.lohikeit l,g  
SalaattiKaalikääryle l,g  
Ruskea kastike l,g  
Porkkanasekoitus  
Puolukkasurvos  
Salaatti

Maanantai 16.11.2020

Tiistai 17.11.2020

Keskiviikko 18.11.2020

Torstai 19.11.2020

Perjantai 20.11.2020

Lounas

Lounas

Lounas

Lounas

Lounas

Metsäst.broileri l,g  
Tumhariisi  
Puutarhurin kasvikset  
SalaattiLihapyörykkä m,g  
Kermakastike l,g  
Peruna  
Pikkuporkkana  
SalaattiLapskoussi l,g  
Maustekurkku  
SalaattiLiha-sienipata m,g  
Peruna  
Säräjuureset  
SalaattiLohimurekepihvi m  
Tartarkastike l,g  
Peruna  
Porkkanasuikale  
Salaatti

Maanantai 23.11.2020

Tiistai 24.11.2020

Keskiviikko 25.11.2020

Torstai 26.11.2020

Perjantai 27.11.2020

Lounas

Lounas

Lounas

Lounas

Lounas

Riistakäristys l,g  
Perunasose l,g  
Herne-maissi-porkkana  
Puolukkasurvos  
SalaattiLihakeitto m,g  
SalaattiKasvispihvi m  
Juustokastike l,g  
Peruna  
Punajuurilohkot, paahdet  
SalaattiBroilerkastike l,g  
Peruna  
Porkkanaviipaleet  
SalaattiKalagrat cheddar vl  
Kermaviilikast l,g  
Peruna  
Herne  
Salaatti