

## Ruokalista Toimela

Maanantai 20.9.2021

Tiistai 21.9.2021

Keskiviikko 22.9.2021

Torstai 23.9.2021

Perjantai 24.9.2021

Lounas

Lounas

Lounas

Lounas

Lounas

*	*	*	*	*
Nakkikastike m Peruna m,g Lämmin kasvis m,g Amerikan sal. m,g Mustikk-vad.kiis m,g	Broilerkiusaus l,g Lämmin kasvis m,g Tuoresalaatti m,g Mustaher.hillo m,g Ruus.marjakiiss. m,g	Tom. lihakeitto m,g Smetana l,g Kurkku m,g Paroninleipä m Mansik.vispipuuro m	Kasvislasagnette l Lämmin kasvis m,g Aurinkoinen sal. m,g Viinirypäle m,g	Kalast. pyörykät m,g Tartarkastike l,g Lämmin kasvis m,g Peruna m,g Kaali-ananassal. m,g Hedelmäsalaatti m,g

Maanantai 27.9.2021

Tiistai 28.9.2021

Keskiviikko 29.9.2021

Torstai 30.9.2021

Perjantai 1.10.2021

Lounas

Lounas

Lounas

Lounas

Lounas

*	*	*	*	*
Lihapata m,g Tummariisi m,g Pikkuporkkana m,g Maustekurkku m,g Vadelmakiisseli m,g	Kinkkukiusaus l,g Melonisalaatti m,g Lämmin kasvis m,g Ohukaiset l Mansikkahillo m,g	Uunikala kookos m,g Peruna m,g Lämmin kasvis m,g Hedelmäinen sal. m,g Mangorahka l,g	Lihamakaronilaat l Lämmin kasvis m,g Maissisalaatti m,g Suklaavanukas l,g	Broilerpyörykkä m,g Lämmin kasvis m,g Peruna m,g Currykastike l,g Vaalea kastike l,g Pork.-ananassal. m,g Boysenmar.kiis. m,g

Jokaiseen ateriaan kuuluu lisäksi ruokajuoma, leipä ja levite.

Ruokalistalla ilmoitetaan mikäli ruoka on laktoositon = L, maitoproteiiniton = M, gluteeniton = G

## Ruokalista Toimela

Maanantai 4.10.2021

Tiistai 5.10.2021

Keskiviikko 6.10.2021

Torstai 7.10.2021

Perjantai 8.10.2021

Lounas

Lounas

Lounas

Lounas

Lounas

* Broilerkastike l,g Tummariisi m,g Lämmin kasvis m,g Värikäs salaatti m,g Vadelmakiisseli m,g	* Kasvispyörykkä m,g Peruna m,g Lämmin kasvis m,g Jogurttikastike l,g Aurinkoinen sal. m,g Appels-mangokiis m,g	* Lapskoussi m,g Lämmin kasvis m,g Vihreä salaatti m,g Punajuuri m,g Hedelmäsalaatti m,g	* Jauhelihakiusaus l,g Lämmin kasvis m,g Porkkanaraaste m,g Puoluk.vispipuuro m	* Kalakeitto l,g Omena m,g Saaristolaisleipä m Vaniljajäätelö l,g
---	---	---	---	---

Maanantai 11.10.2021

Tiistai 12.10.2021

Keskiviikko 13.10.2021

Torstai 14.10.2021

Perjantai 15.10.2021

Lounas

Lounas

Lounas

Lounas

Lounas

* Chili con carne m,g Peruna m,g Lämmin kasvis m,g Pirteä salaatti m,g Mangokiisseli m,g	* Uunimakkara m,g Peruna m,g Ruskea kastike l,g Lämmin kasvis m,g Coleslaw m,g Kinuskivanukas g	* Kalakepukka m,g Tillikastike l,g Lämmin kasvis m,g Peruna m,g Porkkanaraaste m,g Mustikkarahka l,g	* Kananpojankeitto m,g Kurkku m,g Vesimeloni m,g Porkkanasämpylä m	* Lämmin kasvis m,g Jenkkisalaatti m,g Hedelmäsalaatti m,g
---	---	--	--	---

Maanantai 18.10.2021

Tiistai 19.10.2021

Keskiviikko 20.10.2021

Torstai 21.10.2021

Perjantai 22.10.2021

Lounas

Lounas

Lounas

Lounas

Lounas

* Broiler-currykastl,g Peruna m,g Lämmin kasvis m,g Aurinkoinen sal. m,g Musta her.hillo m,g Vadelmakiisseli m,g	* Hernekeitto m,g Juusto l,g Kurkku m,g Pehmeä leipä m Mansikkakiiss. m,g	* Porkkananappi m,g Peruna m,g Lämmin kasvis m,g Cheddar kastike l,g Persikkasalaatti m,g Suklaakiisseli l,g	* Jauhelihakastike m,g Peruna m,g Lämmin kasvis m,g Porkkanaraaste m,g Hedelmälautanen m,g	* Kirjolohilaat. l,g Lämmin kasvis m,g Maustekurkku m,g Mangokiisseli m,g
--	--	--	---	---

Jokaiseen ateriaan kuuluu lisäksi ruokajuoma, leipä ja levite.

Ruokalistalla ilmoitetaan mikäli ruoka on laktoositon = L, maitoproteiiniton = M, gluteeniton = G

## Ruokalista Toimela

Maanantai 25.10.2021    Tiistai 26.10.2021    Keskiviikko 27.10.2021    Torstai 28.10.2021    Perjantai 29.10.2021

Lounas

Lounas

Lounas

Lounas

Lounas

* Lihakastike m Peruna m,g Lämmin kasvis m,g Melonisalaatti m,g Mustikk-vad.kiis m,g	* Broilerkiusaus l,g Lämmin kasvis m,g Porkkanaraaste m,g Mustaher.vispip. m	* Pinaattiohuk.l Peruna m,g Vaalea kastike l,g Lämmin kasvis m,g Juustosalaatti l,g Puolukkahillo m,g Mansikkarahka l,g	* Kirjolahikeitto l,g Kurkku m,g Ruisruutu m Vaniljajäätelö l,g	* Pastapata m Juustoraaste l,g Lämmin kasvis m,g Kaali-ananassal. m,g Mansikkahillo m,g
---	--	--	---	--

Jokaiseen ateriaan kuuluu lisäksi ruokajuoma, leipä ja levite.

Ruokalistalla ilmoitetaan mikäli ruoka on laktoositon = L, maitoproteiiniton = M, gluteeniton = G