

10.10.2022 ->	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
I Viikot 41	Makkarakastike M,G,K Soijamakkarakastike M,G Perunat Porkkanaraaste	Lihakeitto M,G,K Härkäpapukeitto M,G,K Vaalea vuokaleipä Tomaatti	Pinaatti-raejuustonappi L,G,K Perunasose Kermaviilikastike L,G,K Amerikansalaatti-kurkku-persikka	Juustomestarin kala L,G,K Kookos-härkiskastike M,G,K Perunat Kiinankaali-herne-maissi	Jauheliha-kasvistäyte L,G,K Soija-kasvistäyte M,G,K Tortillat M,K, (Riisi pk) Kermaviili L,G,K, Salsa M,G,K Amerikansalaatti-kurkku
II Viikot 42	Kalakeitto L,G,K Kasvis-papukeitto M,G,K Ruistassu Kurkku	Jauheliha-perunaviipalelaatikko M,G,K Kasvis-perunaviipalelaatikko M,G,K Amerikansalaatti-maissi-tomaatti	Uunimakkara M,G,K Kvinoa kasvispihvit M,G,K Perunasose Kiinankaalikuutio Kurkkusalaatti Ketsuppi, sinappi	Porkkanasosekeitto L,G,K Riisipiirakka Raejuusto Paprika	Broilerilasagnette L,K Hedelmäinen tofu-pastavuoka M,K Punakaali-mustaherukkasalaatti
III Viikot 43	Possu-stroganoff L,G,K Kasvis-soijastroganoff L,G,K Perunat Amerikansalaatti-tomaatti	Kirjolohikiusaus L,G,K Kasvis-härkäpapukiusaus L,G,K Punajuurikuutiot Lämpimät pikkuporkkanat	Kasvisbolognese Täysjyväpasta Kiinankaali-kesäkurpitsa-maissi-salaatti	Ohrasuurimopuuro L, K Mehukeitto Rustiikkinen ruispala Kalkkunaleikkele	Jauheliha-makaronilaatikko L,M Soija-makaronilaatikko L Kurkkusuikaleet Ketsuppi
IV Viikot 44	Tomaattinen tonnikalakastike L,G,K Tomaattinen kasvis-papukastike M,G,K Täysjyväpasta Punajuurisalaatti	Lihapullat M,K Kasvis-papukroketit M,G,K Perunasose Kiinankaali- kesäkurpitsa-ananas-salaatti	Kasvispyttipannu M,G Ketsuppi Amerikansalaatti-kurkku	Hernekeitto M,K Herne-soijarouhekeitto M,K Grahamsämpylä Juusto Sinappi	Broileri-currykastike M,G,K Tofu-currykastike M,G,K Täysjyväriisi Kaali-puolukkasalaatti
V Viikot 45	Bolognesekastike M,G,K Soijarouhebolognese M,G,K Täysjyväpasta Kiinankaali-tomaatti-kurkku	Smetanakala L,G,K Smetanaquorn L,G Perunat Punajuurikuutiot	Kinkkukiusaus L,G,K Kasviskuisaus L,G Porkkanaraaste	Broilerikeitto M,G,K Soijarouhe-kaalikeitto M,G,K Kaurainen sämpylä Paprika	Pinaattihukkaat L Puolukkasurvos Kasvis-juusto-pastasalaatti/ (Amerikansalaatti-kurkku pk) (Perunasose pk)
VI Viikot 46	Nakkikeitto M,G,K Soijamakkarakastike M,G Reissumies Kurkku	Broilerilaatikko L,G,K, Punajuuri-kasvispaistos L,K Kiinankaali-kurkku- mandariinisalaatti	Kalaleike M ,K Kasvis-jalapenotikku M,G,K Perunat Tartarkastike Amerikansalaatti-tomaatti-maissi	Juuresosekeitto L, G, K Raejuusto L, G, K Ruisleipä, Kurkku	Jauhelihakastike M,G,K Härkäpapukastike M,G,K Perunat , Uunijuurekset  Jäätelö

L= Laktoositon, M= Maidoton, G= Gluteeniton, K= Kananmunaton

Muutokset mahdollisia!