

**RUOKALISTA VK 32****MAANANTAI**

LOUNAS	Nakit, tomaattikastike, perunat	M, L, G
SALAATTI	Kaalisalaatti (Coleslaw)	
JÄLKIRUOKA	Mustikkakiisseli	M, L, G
PÄIVÄLLINEN	Silakkalaatikko	L, G

**TIISTAI**

LOUNAS	Sitruunainen kalapihvi, tillikastike, perunat	L
SALAATTI	Punajuurisalaatti	
JÄLKIRUOKA	Omenakanelikiisseli	M, L, G
PÄIVÄLLINEN	Lohikeitto	M, L, G

**KESKIVIIKKO**

LOUNAS	Possukastike, perunat	L, G
SALAATTI	Kurkku, paprika, vihersalaatti	
JÄLKIRUOKA	Aprikoosikiisseli	M, L, G
PÄIVÄLLINEN	Lihaperunasoselaatikko	L, G

**TORSTAI**

LOUNAS	Merimiespata	M, L, G
SALAATTI	Perunasalaatti	
JÄLKIRUOKA	Vadelmarahka	L, G
PÄIVÄLLINEN	Lohikastike, peruna	M, L, G

**PERJANTAI**

LOUNAS	Kalapyörykkä, juustokastike, muusi	L, G
SALAATTI	Porkkanaraaste, puolukka	
JÄLKIRUOKA	Mangopuuro	M, L
PÄIVÄLLINEN	Maksalaatikko	L

**LAUANTAI**

LOUNAS	Makkarakastike, perunat	L, G
SALAATTI	Herkkukurkku	
JÄLKIRUOKA	Lettu ja hillo	L
PÄIVÄLLINEN	Jauhelihakeitto	M, L, G

**SUNNUNTAI**

LOUNAS	Karjalanpaisti, perunat	M, L, G
SALAATTI	Punajuuri	
JÄLKIRUOKA	Ruusunmarjakiisseli	M, L, G
PÄIVÄLLINEN	Kaalilaatikko	M, L, G

M = Maidoton    L = Laktoositon    G = Gluteiiniton

**RUOKALISTA VK 33****MAANANTAI**

LOUNAS	Kanakastike, peruna	L, G
SALAATTI	Hapankaali	
JÄLKIRUOKA	Mansikkakiisseli	M, L, G
PÄIVÄLLINEN	Gulassikeitto	L, G

**TIISTAI**

LOUNAS	Lindströminpihvi, ruskeakastike, muusi	L, G
SALAATTI	Punajuuri	
JÄLKIRUOKA	Suklaavanukas	L, G
PÄIVÄLLINEN	Kinkkukiusaus	L, G

**KESKIVIIKKO**

LOUNAS	Nakkikastike, perunat	M, L, G
SALAATTI	Tomaatti, meloni, vihersalaatti	
JÄLKIRUOKA	Sitruunakiisseli	M, L, G
PÄIVÄLLINEN	Lohikiusaus	L, G

**TORSTAI**

LOUNAS	Falafelpihvi, currykastike, peruna	L, G
SALAATTI	Porkkanaraaste	
JÄLKIRUOKA	Puolukkarahka	L, G
PÄIVÄLLINEN	Hernekeitto	M, L, G

**PERJANTAI**

LOUNAS	Possukastike, muusi	L, G
SALAATTI	Tomaatti, kurkku, vihersalaatti	
JÄLKIRUOKA	Suvimarjakiisseli	M, L, G
PÄIVÄLLINEN	Broilerkeitto	L

**LAUANTAI**

LOUNAS	Lihapulla, kermakastike, perunat	L, G
SALAATTI	Suolakurkkukuutio	
JÄLKIRUOKA	Vispipuuro	M, L
PÄIVÄLLINEN	Porkkanasosekeitto	M, L, G

**SUNNUNTAI**

LOUNAS	Kanapyörykkä, mangokastike, peruna	L, G
SALAATTI	Punakaalisalaatti	
JÄLKIRUOKA	Mokkapala	L
PÄIVÄLLINEN	Riistakiusaus	L, G

M = Maidoton   L = Laktoositon   G = Gluteiiniton

**RUOKALISTA VK 34****MAANANTAI**

LOUNAS	Kanakastike, peruna	L, G
SALAATTI	Suolakurkku	
JÄLKIRUOKA	Hedelmäkiisseli	M, L, G
PÄIVÄLLINEN	Lihakeitto	L, G

**TIISTAI**

LOUNAS	Kalkkunafile, sitruunakastike, peruna	L, G
SALAATTI	Marinoitu punakaali	
JÄLKIRUOKA	Vadelmakiisseli	L, G
PÄIVÄLLINEN	Juuressosekeitto	M, L, G

**KESKIVIIKKO**

LOUNAS	Kinkkukastike, perunat	L, G
SALAATTI	Vihersalaatti, tomaatti, kurkku	
JÄLKIRUOKA	Luumurahka	L, G
PÄIVÄLLINEN	Broilerkiusaus	L, G

**TORSTAI**

LOUNAS	Bataattisosekeitto	M, L, G
SALAATTI	Porkkanaraaste, ananas	
JÄLKIRUOKA	Omenakiisseli	M, L, G
PÄIVÄLLINEN	Makaronilaatikko	L

**PERJANTAI**

LOUNAS	Lohikeitto	L, G
SALAATTI	kurkku, meloni	
JÄLKIRUOKA	Mustikkapuuro	M, L
PÄIVÄLLINEN	Lihapulla, kermakastike, perunat	L, G

**LAUANTAI**

LOUNAS	Karjalanpaisti, peruna	L, G
SALAATTI	Vihersalaatti, paprika, tomaatti	
JÄLKIRUOKA	Puolukkakiisseli	M, L, G
PÄIVÄLLINEN	Riistakiusaus	L, G

**SUNNUNTAI**

LOUNAS	Kreikkalainen kasvisvuoka	L
SALAATTI	Punajuuri	
JÄLKIRUOKA	Voisilmäpulla	L
PÄIVÄLLINEN	Mustajuurisosekeitto	L, G

M = Maidoton   L = Laktoositon   G = Gluteiiniton

**RUOKALISTA VK 35****MAANANTAI**

LOUNAS	Pannupihvi, tomaattikastike, peruna	M, L, G
SALAATTI	Maustekurkku	
JÄLKIRUOKA	Suklaavanukas	L, G
PÄIVÄLLINEN	Lohikiusaus	L, G

**TIISTAI**

LOUNAS	Palapaisti, peruna	M, L
SALAATTI	Punajuurisalaatti	
JÄLKIRUOKA	Kuningatarkiisseli	M, L, G
PÄIVÄLLINEN	Jauhelihakeitto	L, G

**KESKIVIikko**

LOUNAS	Spagettijauhelihavuoka	L, G
SALAATTI	Aurinkosalaatti (kaali, ananas, porkkana)	
JÄLKIRUOKA	Mangorahka	L, G
PÄIVÄLLINEN	Lohikastike, perunat	L, G

**TORSTAI**

LOUNAS	Broilerfile, ruohosipulikastike, muusi	L, G
SALAATTI	Kurpitsasalaatti	
JÄLKIRUOKA	Päärynäkiisseli	M, L, G
PÄIVÄLLINEN	Hernekeitto	M, L, G

**PERJANTAI**

LOUNAS	Nakkikastike, peruna	L, G
SALAATTI	Etikkakurkut	
JÄLKIRUOKA	Mustikkakiisseli	M, L, G
PÄIVÄLLINEN	Broilerkuisaus	L, G

**LAUANTAI**

LOUNAS	Kinkkukiusaus	L, G
SALAATTI	Coleslaw	
JÄLKIRUOKA	Aprikoosipuuro	M, L
PÄIVÄLLINEN	Gulassikeitto	M, L, G

**SUNNUNTAI**

LOUNAS	Smetanahärkä, muusi	L, G
SALAATTI	Sienisalaatti	
JÄLKIRUOKA	Mustaherukka-vadelmakiisseli	M, L, G
PÄIVÄLLINEN	Broilerkeitto	L, G

M = Maidoton    L = Laktoositon    G = Gluteiiniton

**RUOKALISTA VK 36****MAANANTAI**

LOUNAS	Punajuurihiivi, ruskeakastike, peruna	L, G
SALAATTI	Suolakurkku	
JÄLKIRUOKA	Hedelmä- rahkavaahto	L, G
PÄIVÄLLINEN	Tomaattinen jauhelihakastike, perunat	L, G

**TIISTAI**

LOUNAS	Palapaisti, perunat	L, G
SALAATTI	Kaalisalaatti (Coleslaw)	
JÄLKIRUOKA	Mansikkakiisseli	M, L, G
PÄIVÄLLINEN	Lohikiusaus	L, G

**KESKIVIikko**

LOUNAS	Lihapata (burgundi), perunat	L, G
SALAATTI	Kesäkurpitsa, ananas	
JÄLKIRUOKA	Luumukiisseli	M, L, G
PÄIVÄLLINEN	Pinaattikeitto	L, G

**TORSTAI**

LOUNAS	Kasviskroketti, persiljakastike, peruna	L, G
SALAATTI	Tomaatti, persilja	
JÄLKIRUOKA	Vadelma-mustikkakiisseli	M, L, G
PÄIVÄLLINEN	Merimiespata	M, L, G

**PERJANTAI**

LOUNAS	Mustajuurirosekeitto	L, G
SALAATTI	Lanttu-, porkkanaraaste	
JÄLKIRUOKA	Täytetty ohukainen	
PÄIVÄLLINEN	Lohikastike, muusi	L, G

**LAUANTAI**

LOUNAS	Possukastike, peruna	L, G
SALAATTI	Kurpitsasalaatti	
JÄLKIRUOKA	Marjakiisseli	M, L, G
PÄIVÄLLINEN	Porkkanasosekeitto	M, L, G

**SUNNUNTAI**

LOUNAS	Nakkikastike, kermaperunat	L, G
SALAATTI	Perunasalaatti	
JÄLKIRUOKA	Pikkumunkki	L
PÄIVÄLLINEN	Maksalaatikko	M, L, G

M = Maidoton   L = Laktoositon   G = Gluteiiniton

**RUOKALISTA VK 37****MAANANTAI**

LOUNAS	Kasvisborssi	M, L, G
SALAATTI	Punajuurisalaatti	
JÄLKIRUOKA	Omenakiisseli	M, L, G
PÄIVÄLLINEN	Jauhelihakeitto	M, L, G

**TIISTAI**

LOUNAS	Broilerkeitto	M, L, G
SALAATTI	Maustekurkku	
JÄLKIRUOKA	Vispipuuro	M, L
PÄIVÄLLINEN	Lohikastike, perunat	L, G

**KESKIVIikko**

LOUNAS	Lammaspyörykkä, paprikakastike, peruna	L, G
SALAATTI	Meloni, kurkku	
JÄLKIRUOKA	Ruusunmarjakiisseli	M, L, G
PÄIVÄLLINEN	Kanarisotto	M, L, G

**TORSTAI**

LOUNAS	Kalapyörykkä, tillikastike, perunat	L, G
SALAATTI	Kesäkurpitsa, paprika, vihersalaatti	
JÄLKIRUOKA	Mansikkarahka	L, G
PÄIVÄLLINEN	Lihakeitto	M, L, G

**PERJANTAI**

LOUNAS	Lihapullat, sinappikastike, muusi	L, G
SALAATTI	Porkkanaraaste	
JÄLKIRUOKA	Mangokiisseli	M, L, G
PÄIVÄLLINEN	Silakkalaatikko	L, G

**LAUANTAI**

LOUNAS	Possukastike, peruna	L, G
SALAATTI	Tomaatti, kurkku	
JÄLKIRUOKA	Hedelmäkiisseli	M, L, G
PÄIVÄLLINEN	Lohikeitto	L, G

**SUNNUNTAI**

LOUNAS	Tilliliha, perunat	L, G
SALAATTI	Kurpitsakuutio	
JÄLKIRUOKA	Mansikka- raparperipiirakka	M, L
PÄIVÄLLINEN	Broilerkiusaus	L, G

M = Maidoton    L = Laktoositon    G = Gluteiiniton