

RUOKALISTA VK 37

7.9. Maanantai

Aamupala:

Lounas: Juurespihvi, Keltainen-Tartarkastike, Peruna, Salaatti, Päärynäkiisseli

Päivällinen: Kalkkunakiusaus, Maustekurkku

Iltapala: Pasteija

8.9. Tiistai

Aamupala:

Lounas: Lohimurekepihvi, Punajuurikastike, Perunaa, salaatti, Mustikkakiisseli

Päivällinen: Porkkanaohukaiset, Kylmä kurkumakastike, Peruna, Salaatti

Iltapala: Jogurttia, vatruskaa

9.9. Keskiviikko

Aamupala:

Lounas: Lihapyöryköitä, Kermanen sinappikastike, Peruna, salaatti, Meloni-hedelmäsalaatti

Päivällinen: Broileri-capellipaistos, Kurpitsapikkelssi

Iltapala: Marjarahka

10.9. Torstai

Aamupala:

Lounas: Uunimakkaraa, Juustokastike, Muussi, Raaste, Mansikkavaahto

Päivällinen: Janssoninkiusaus, punajuurii

Iltapala: Lihapiirakka

11.9. Perjantai

Aamupala:

Lounas: Uunisei tilli-smetanakastikkeessa, Perunaa, Salaatti, Banaanikiisseli

Päivällinen: Fenkoli-kasviskeitto

Iltapala: Puolukkavispipuuro

12.9. Lauantai

Aamupala:

Lounas: Kanaviilokki, Riisiä ja perunaa, Salaatti, Kuningatarvaahto

Päivällinen: Kermanen Kalakeitto

Iltapala: Lohkeava jogurtti, leipä, leikkele

13.9. Sunnuntai

Aamupala:

Lounas: Karjalanpaisti, Kermaperunoita, Salaatti, Omena-kanelikiisseli

Päivällinen: Metsäsienikeitto

Iltapala Viiliä, leipä, leikkele, juusto

RUOKALISTA VK 38

14.9. Maanantai

Aamupala:

Lounas: Perinteinen jauhelihakastike, Peruna, Kukkakaali , Mangokiisseli

Päivällinen: Pyttipannua, paistettu kananmuna, Maustekurkku

Iltapala: Perunapiirakkaa, jogurttia

15.9. Tiistai

Aamupala:

Lounas: Kuhapyöryköitä, Ruohosipulikastike, Peruna, Salaatti, Karpalokiisseli

Päivällinen: Lihaperunasoselaatikko, Salaatti

Iltapala: Lohkeavajogurtti, leipä, juusto

16.9. Keskiviikko

Aamupala:

Lounas: Makkarakastike, peruna, baby-porkkanoita, Mandariinivahto

Päivällinen: Kermanen Savuporokeitto

Iltapala: Hedelmärahka

17.9. Torstai

Aamupala:

Lounas: Maksalaatikko, Puolukka Tyrni-appelsiiniikiisseli

Päivällinen: Punajuuripihvit ,Smetanakastike, Peruna, salaatti,

Iltapala: Viiliä, leipä, leikkele

18.9. Perjantai:

Aamupala:

Lounas: Lihamureke, Pippurikastike, Muussi,Salaatti, Valkosuklaamousse

Päivällinen: Pinaattikeittoa, Kananmunia

Iltapala: Munakas

19.9. Lauantai

Aamupala:

Lounas: Perinteinen Laskisoosi, Peruna, Raaste, Mansikka-Raparperikiisseli

Päivällinen: Kookos-Kanakeitto

Iltapala: Hedelmä-tuorepuuro, leipä, juusto

20.9. Sunnuntai

Aamupala:

Lounas: Pannupihvi, kermakastiketta, Viipaleperunoita, Salaatti, Mustikkahyve

Päivällinen: Salami-pastavuoka, Kurpitsapikkelssi

Iltapala: Suolainen piirakka

RUOKALISTAVK 39

21.9. Maanantai

Aamupala:

Lounas: Jauhemaksapihvit, Sipulikastike, Peruna, Puolukka, Mandariinikiisseli

Päivällinen: Kalkkunapataa, riisi, Salaatti

Iltapala: Kreikkalainen jogurtti, leipä, juusto

22.9. Tiistai

Aamupala:

Lounas: Savulohikastike, Perunoita, Salaatti, Luumukiisseli

Päivällinen: Kinkkukastike, pasta ,Salaatti

Iltapala: Pasteija

23.9. Keskiviikko

Aamupala:

Lounas: Curry-kanakastike, Riisiä ,Salaatti, Suklaa-kookosmousse

Päivällinen: Kebabkiusaus, Punajuuri

Iltapala: Viili, leipä, leikkele

24.9. Torstai

Aamupala:

Lounas: Häränlihastroganoff, Peruna, Salaatti, Kirsikkakiisseli

Päivällinen: Juuressosekeittoa, Raejuustoa

Iltapala: Ohra-uunipuuro, mehukeitto

25.9. Perjantai

Aamupala:

Lounas: Falafelpyörykät, Tomaattikastike, Peruna, Salaatti, Sitruunakiisseli

Päivällinen: Kana-Kasviskiusaus, Maustekurkku

Iltapala: Pizza

26.9. Lauantai

Aamupala:

Lounas: Riistapyörykät, Herukkakastike, Peruna, Raaste, Persikkavaahto

Päivällinen: Lasagne, Salaatti

Iltapala: Viili, Leipä Juusto,

27.9. Sunnuntai

Aamupala:

Lounas: Palapaisti, Kermaperunat, Salaatti Karviaiskiisseli

Päivällinen: Nakki-Punajuurikeitto

Iltapala: Lohkeava jogurtti, leipä, juusto

RUOKALISTA VK 40

28.9. Maanantai

Aamupala:

Lounas: Lindströminpihvit, Tummakastike, Peruna, Papu, Appelsiiniikiisseli

Päivällinen: Kana-Tomaattikiusaus, Maustekurkku

Iltapala: Pasteija

29.9. Tiistai

Aamupala:

Lounas: Maksakastike, Peruna, Salaatti, Mustikkavaahto

Päivällinen: Kinkkukiusaus, Salaatti

Iltapala: Jogurttia, vatruskaa

30.9. Keskiviikko

Aamupala:

Lounas: Karibialaiset kasvispihvit, Kermaviilikastike, Peruna, Hedelmäsalaatti

Päivällinen: Siskonmakkarakeitto

Iltapala: Mandariinirahka

1.10. Torstai

Aamupala:

Lounas: Broilerkastiketta, Riisiä, Salaatti, Moccakiisseli

Päivällinen: Jauheliha-Kaalikeitto

Iltapala: Lihapiirakka

2.10. Perjantai

Aamupala:

Lounas: Merimiespihvit, Raaste, Punaherukkakiisseli

Päivällinen: Kalkkunapastagratiini, Salaatti

Iltapala: Omenavispipuuro

3.10. Lauantai

Aamupala:

Lounas: Porsaanlihakastike, perunaa, Salaatti, Mansikkapannacotta

Päivällinen: Tonnikalakiusaus, Maustekurkku

Iltapala: Kreikkalainen jogurtti, leipä, leikkele

4.10. Sunnuntai

Aamupala:

Lounas: Kaalikääryleitä, Muussi, Puolukka, Kermakastike, Salaatti, Persikkakiisseli

Päivällinen: Mustajuurikeittoa

Iltapala: Viili, leipä, leikkele

RUOKALISTA VK 41

5.10. Maanantai

Aamupala:

Lounas: Jauhelihapapupata, Riisiä, Salaatti, Marjakiisseli

Päivällinen: Salamikiusaus, Punajuuri

Iltapala: Perunapiirakka, jogurtti

6.10. Tiistai

Aamupala:

Lounas: Haudutettua lohta sahramikastikkeessa, Peruna, Salaatti,

Mansikkakiisseli

Päivällinen: Pekoni-pastagratiini, Salaatti

Iltapala: Lohkeava jogurtti, leipä, juusto

7.10. Keskiviikko

Aamupala:

Lounas: Broilerpyörykät, Yrttikastike, Curry-kauraa, Salaatti, Omenamousse

Päivällinen: Nakki-Perunasoselaatikko, Salaatti

Iltapala: Marjarahka

8.10. Torstai

Aamupala:

Lounas: Ruiskuorrutetut silakkapihvit ,Ruohosipulikastike, Muussi, Raaste, Puolukkamousse

Päivällinen: Hernekeitto, Ohukaiset, Hillo

Iltapala: Viili, leipä, leikkele

9.10. Perjantai

Aamupala:

Lounas: Pinaattiletut, Kermakastike Puolukka, Peruna, Salaatti Ananaskiisseli

Päivällinen: Moussaka, Salaatti

Iltapala: Pizza

10.10. Lauantai

Aamupala:

Lounas: Porokiusaus, Maustekurkku, Ruusunmarjakiisseli

Päivällinen: Kermainen Kanakeitto

Iltapala: Marja-tuorepuuro, Leipä, Juusto

11.10. Sunnuntai

Aamupala:

Lounas: Burgundinpata, Annanperunat, Salaatti, Kardemummalla maustettu mustikkainen hedelmäsalaatti

Päivällinen: Bataatti-Linssikeitto

Iltapala: Lohkeava jogurtti, leipä, leikkele

RUOKALISTA VK 42

12.10. Maanantai

Aamupala:

Lounas: Broilerinpaistinleike timjamikastikkeessa, Ohraa, Salaatti, vadelmakiisseli

Päivällinen: Lihakeitto

Iltapala: Kreikkalainen jogurtti, leipä, juusto

13.10. Tiistai

Aamupala:

Lounas: Porkkanapyöryköitä, Remouladekastike, Muussi, Parsakaali, Boysenmarjakiisseli

Päivällinen: Liha-makaronilaatikko, Salaatti

Iltapala: Pasteija

14.10. Keskiviikko

Aamupala:

Lounas: Ananas-broilerkastike, Pasta, Salaatti, Suklaavaahto

Päivällinen: Veriletut, Kermakastike, Puolukka, Peruna, Salaatti

Iltapala: Viili, leipä, leikkele, juusto

15.10. Torstai

Aamupala:

Lounas: Häränlihastike, Peruna, Salaatti, Aprikoosikiisseli

Päivällinen: Lohikiusaus, Punajuuri

Iltapala: Kreikkalainen jogurtti, Leipä, Juusto

16.10. Perjantai

Aamupala:

Lounas: Makkarastroganof, Muussi, Salaatti, Omena-kaura paistos, vaniljakastike

Päivällinen: Kermanen Punajuurisosekeitto

Iltapala: Pizza

17.10. Lauantai

Aamupala:

Lounas: Rosepippurikanakastike, Riisi, Raaste, Mustaherukkakiisseli

Päivällinen: Pekoni-sienipata, pasta, Salaatti

Iltapala: Karjalanpiirakka

18.10. Sunnuntai

Aamupala:

Lounas: Porsaan ylikypsä kassler, Tummakastike, Kermaperuna, salaatti, Suklaakiisseli

Päivällinen: Nakkikeitto

Iltapala: Lohkeava jogurtti, leipä, leikkele