



Fyrrykartano, Himalaja, Kotiranta, Präntöön Helmi

Ruokalista

VIKKO 15

8.4.-14.4.2019

Maanantai

Jauhelihakastike L, pasta/perunat, lämmin kasvis, salaatti
Puolukkakiisseli M, G, vaniljavaahto
Pyttipannu, kananmuna L, G

Tiistai

Uunisilakat L, G, perunasose L, G, punajuuri, salaatti
Aprikoosikiisseli
Ohrasuurimopuuro, marjat

Keskiviikko

Makkarakeitto M, G
Ohukaiset L, tuoremarjahillo
Punajuuri-jauhelihalaatikko L, salaatti

Torstai

Possukastike M, perunat, keitetty kasvis, salaatti
Hedelmärahka L
Provencen lihakeitto

Perjantai

Kasvispihvi L, kermaviilikastike L, G, perunat, salaatti
Boysenmarjakiisseli
Kalastajankeitto L, G

Lauantai

Jauhelihakasviskiusaus L, G, salaatti
Suklaakiisseli L, G
Kinkkumunakas L, G, salaatti

Sunnuntai

Aurinkoinen uunibroileri L, G, perunat, salaatti
Mansikka-raparperikiisseli M, G
Ruismarjapuuro M, kananmuna, silli

L = laktoositon, M = maidoton, G = gluteeniton

Ruokien listajärjestys: Lounas, jälkiruoka, päivällinen.

* Käytämme ainoastaan kotimaista lihaa ruoanvalmistuksessa.

Muutosoikeudet pidätetään.

Hyvää ruokahalua !



Fyrrykartano, Himalaja, Kotiranta, Präntöön Helmi

Ruokalista

VIKKO 16	15.4.-21.4.2019
Maanantai	Piparjuuriliha L, perunat, lämmin kasvis, salaatti Appelsiini kiisseli Bataattiperunasosekeitto L, G, raejuusto L, G, salaatti
Tiistai	Savukalavuoka L, G punajuuri, salaatti Mustikkakiisseli Kasvispihvit, perunat, kastike
Keskiviikko	Kaalikeitto Suklaamannapuuro Italianpata, salaatti
Torstai	Broileri-parmesaanileike, perunat, riisi, currykastike, lämmin kasvis Mangorahka Pajalanpuuro M, juusto, kurkku
Perjantai <i>Pitkäperjantai</i>	Lammaspyörökät M, G, perunasose, minttuyltikkastike, salaatti Mämmi, kerma Porkkanasosekeitto L, G
Lauantai	Kahden kalankeitto L, G Marjapiirakka L, vaniljakastike L, G Kasvispyörökkäkastike, perunasose, maustekurkku
Sunnuntai	Lapin juustoinen lihapata L, perunasose L, punajuuri Luumukiisseli M, G, kermavaahto L, G Riisipuuro, kanelisokeri, kananmuna

L = laktoositon, M = maidoton, G = gluteeniton

Ruokien listajärjestys: Lounas, jälkiruoka, päivällinen.

* Käytämme ainoastaan kotimaista lihaa ruoanvalmistuksessa.

Muutosoikeudet pidätetään.

Hyvää ruokahalua !



Fyrrykartano, Himalaja, Kotiranta, Präntöön Helmi

Ruokalista

VIKKO 17

22.4.-28.4.2019

Maanantai

Toinen Pääsiäispäivä

**Kuorrutettu kala, perunasose, lämmin kasvis, salaatti
Mämmi, kerma
Juusto-parsakaalikeitto**

Tiistai

**Siskonmakkarakeitto M, G
Pannukakku L, tuoremarjahillo
Uunimunakas, salaatti**

Keskiviikko

**Lihamakaronilaatikko, maustekurkku, salaatti
Raparperikiisseli
Kermainen Kalakeitto**

Torstai

**Hunajapossupata L, perunat, lämmin kasvis, salaatti
Marjarahka L, G
Porkkanasosekeitto, riisipiirakka**

Perjantai

**Kaalikääryle M, G, kastike L, G perunat, puolukkasurvos, salaatti
Hedelmäsalaatti M, G
Kalifornian kanakeitto L, G, salaatti**

Lauantai

**Juustoinen kalkkunakeitto L
Ruusunmarjavahto L, G
Mannapuuro, hillo, kinkkutahna**

Sunnuntai

**Uunilohi L, G, juuressose L, G, salaatti
Mansikkakiisseli L, G
Luomupuuro, mehukeitto**

L = laktoositon, M = maidoton, G = gluteeniton

Ruokien listajärjestys: Lounas, jälkiruoka, päivällinen.

* Käytämme ainoastaan kotimaista lihaa ruoanvalmistuksessa.

Muutosoikeudet pidätetään.

Hyvää ruokahalua !



Fyrrykartano, Himalaja, Kotiranta, Präntöön Helmi

Ruokalista

VIKKO 18

29.4.-5.5.2019

Maanantai

Jauhelihakastike, perunat, lämmin kasvis, salaatti
Porkkana-sitruunakiisseli
Pinaattikeitto, kananmuna, salaatti

Tiistai

Kirkas kalakeitto
Ohukainen, tuoremarjahillo, kermavaahto
Nakit, perunasose, perunasalaatti

Keskiviikko
Vappu

Lihamureke M, G, perunasose, kastike L, G, lämmin kasvis, salaatti
Persikkakiisseli M, G
Juusto-parsakaalikeitto L, G, leikkele

Torstai

Savunmakuinen kalkkunakastike L, perunat/riisi, lämmin kasvis, salaatti
Mansikkajogurtti L, G
Tonnikalavuoka, tomaattikuutio

Perjantai

Jauhemaksapihvit, kastike L, G, perunasose, puolukkasurvos, salaatti
Päärynäkiisseli M, G
Juuessosekeitto L, G

Lauantai

Lihakeitto M, G
Ruismarjapaistos L, vaniljakastike L, G
Kasviskiusaus, maustekurkku

Sunnuntai

Uunibroileri L, G, perunat, lämmin kasvis, salaatti
Mustaherukkakiisseli, M, G
Helmipuuro G, hillo, muna-riisipasteija L

L = laktoositon, M = maidoton, G = gluteeniton

Ruokien listajärjestys: Lounas, jälkiruoka, päivällinen.

* Käytämme ainoastaan kotimaista lihaa ruoanvalmistuksessa.

Muutosoikeudet pidätetään.

Hyvää ruokahalua !



Fyrrykartano, Himalaja, Kotiranta, Präntöön Helmi

Ruokalista

VIKKO 19	6.5.-12.5.2019
Maanantai	Kalakastike L, G, perunat, lämmin kasvis, salaatti Kuningatarkiisseli M, G Jauheliha-kukkakaalilaatikko, tomaattikuutio
Tiistai	Lihapullat M, G, perunasose L, kastike, lämmin kasvis, salaatti Pitsikiisseli L, G Bataattikeitto, salaatti
Keskiviikko	Karjalanpaisti L, G, perunat, puolukkasurvos, salaatti Mango-jogurttivanukas Kirjolahikeitto L, G
Torstai	Hernekeitto M, G Pannukaku L, tuoremarjahillo, kermavaahto L, G Aurinkoinen moussaka L, G, salaatti
Perjantai	Kinkkukiusaus L, G, salaatti Omena-kanelikiisseli L, G Kalapihvit, perunasose, kermaviilikastike
Lauantai	Juustoinen kanakeitto L, G Mustikkahyve L Lapskoj, lämmin kasvis, puolukkasurvos
Sunnuntai	Stroganoff L, perunat, lämmin kasvis, salaatti Maitokiisseli L, G, tuoremarjahillo Ohrasuurimopuuro, mehukeitto

L = laktoositon, M = maidoton, G = gluteeniton

Ruokien listajärjestys: Lounas, jälkiruoka, päivällinen.

* Käytämme ainoastaan kotimaista lihaa ruoanvalmistuksessa.

Muutosoikeudet pidätetään.

Hyvää ruokahalua !



Fyrrykartano, Himalaja, Kotiranta, Präntöön Helmi

Ruokalista

VIKKO 20

13.5.-19.5.2019

Maanantai

Curry-possukastike L, perunat, lämmin kasvis, salaatti
Ananas-persikkakiisseli M, G
Hollantilainen broilerikeitto, salaatti

Tiistai

Uunimakkara, perunasose, salaatti
Mansikkakiisseli M, G
Kukkakaalikeitto L

Keskiviikko

Jauheliuhakeitto M, G
Omenapaistos L, vaniljakastike L, G
Sukijaki L, riisi/perunat, salaatti

Torstai

Kaalilaatikko L, G, puolukkasurvos, salaatti
Marjakiisseli, keksi
Pasta Carbonara

Perjantai

Lohimurekepihvi L, perunat, lämmin kasvis, salaatti
Jogurttivahto L, G
Jauheliuhakeitto

Lauantai

Broilerikiusaus L, G, maustekurkku
Kahvikiisseli G
Makaronivelli, leikkele

Sunnuntai

Kuorrutettu kala L, perunasose, salaatti
Mangokiisseli M, G
Riisipuuro, kanelisokeri

L = laktoositon, M = maidoton, G = gluteeniton

Ruokien listajärjestys: Lounas, jälkiruoka, päivällinen.

* Käytämme ainoastaan kotimaista lihaa ruoanvalmistuksessa.

Muutosoikeudet pidätetään.

Hyvää ruokahalua !



Fyrrykartano, Himalaja, Kotiranta, Präntöön Helmi

Ruokalista

VIKKO 21

20.5.-26.5.2019

Maanantai

Jauhelihakastike L, pasta/perunat, lämmin kasvis, salaatti
Puolukkakiisseli M, G, vaniljavaahto
Pyttipannu L, G, kananmuna, salaatti

Tiistai

Silakkapihvit, kastike L, G, perunasose L, G, punajuuri, salaatti
Aprikoosikiisseli
Ohrasuurimopuuro

Keskiviikko

Makkarakeitto M, G
Ohukaiset L, tuoremarjahillo
Punajuuri-jauhelihalaatikko L, salaatti

Torstai

Possukastike M, perunat, keitetty kasvis, salaatti
Hedelmärahka L
Provencen lihakeitto

Perjantai

Kasvispihvi L, kermaviilikastike L, G, perunat, salaatti
Boysenmarjakiisseli
Kalastajankeitto L, G

Lauantai

Jauhelihakasviskiusaus L, G, salaatti
Suklaakiisseli L, G
Kinkkumunakas L, G, salaatti

Sunnuntai

Aurinkoinen uunibroileri L, G, perunat, salaatti
Mansikka-raparperikiisseli M, G
Ruismarjapuuro M, kananmuna, silli

L = laktoositon, M = maidoton, G = gluteeniton

Ruokien listajärjestys: Lounas, jälkiruoka, päivällinen.

* Käytämme ainoastaan kotimaista lihaa ruoanvalmistuksessa.

Muutosoikeudet pidätetään.

Hyvää ruokahalua !