

Tammikaivo

Ruokalista

VIIKKO 31

2.8-8.8.2021

Maanantai

lounas

Porsaanliha-yrttipata M,G, peruna, lämmin kasvis, salaatti

Vadelmakiisseli M,G

2. Juustoinen broilerikeitto L,G

päivällinen

Jauheliha-kasviskiusaus L,G, salaatti

Tiistai

lounas

Lohikeitto, L,G, salaatti

Aprikoosirahka L,G

2. Broileri-fetapastalaatikko L

päivällinen

Kinkku-perunasoselaatikko L,G, salaatti

Keskiviikko

lounas

Lihamureke M,G, viherpippurikastike L, peruna, lämmin kasvis, salaatti

Mangokiisseli M,G

2. Härkistä kookoskastikkeessa M,G

päivällinen

Broilerinakkikastike M,L, peruna, salaatti

Torstai

lounas

Broileri-ananaspata M,G, perunat, lämmin kasvis, salaatti

Jäätelö L,G

2. Minestronekeittoa M

päivällinen

Kasvissosekeitto L,G, salaatti

Perjantai

lounas

Sitruunainen kalaleike M, kermaviilikastike L,G, peruna, lämmin kasvis, salaatti

Puolukkakiisseli M,G ja kermavaahto L,G

2. Kasvispihvi L, Kermaviilikastike L,G

päivällinen

Lasagnette L, salaatti

Lauantai

lounas

Wienerleike L, perunasose L, G, lämmin kasvis, salaatti

Marjainen jogurttiherku L,G

päivällinen

Broileri-perunalaatikko L,G, lämmin kasvis, salaatti

Sunnuntai

lounas

Naudanliha-currykastiketta M,G, perunat, lämmin kasvis, salaatti

Hedelmäsalaatti M,G

päivällinen

Kasviskepukka M,G, perunagradiini L, salaatti

L = laktoositon, M = maidoton, G = gluteeniton VL = vähälaktoosinen

Ruokien listajärjestys: Lounas, jälkiruoka, päivällinen, (2.) vaihtoehtolounas.

* Vaihtoehtolounas saattaa olla eri kuin listassa mainittu.

* Aterioilla tarjotaan: leipä, margariini, ruokajuoma; lounaalla myös salaatti.

* Käytämme ainoastaan kotimaista lihaa ruoanvalmistuksessa

Muutosoikeudet pidätetään.

Hyvää ruokahalua !

Tammikaivo

Ruokalista

VIIKKO 32

9.8-15.8.2021

Maanantai

lounas

Jauheliha-tomaattikastike M,G, spagetti M, lämmin kasvis, salaatti

Maitokiisseli L,G ja hillo

2. Punajuuri-kasvislaatikko L,G

päivällinen

Täyteläinen kalakeitto L,G, salaatti

Tiistai

lounas

Broileripyörykkä M,G, juusto-yrttikastike L,G, peruna, lämmin kasvis, salaatti

Puolukkaherku L

2. Lihakeitto M,G

päivällinen

Makkara-perunasoselaatikko L,G, salaatti

Keskiviikko

lounas

Silakkapihvit M, kermaviilikastike L,G, perunasose L,G, lämmin kasvis, salaatti

Mustikkakiisseli M,G

2. Kinkkukiusaus L,G

päivällinen

Kalkkuna-tomaattikeitto, salaatti

Torstai

lounas

Unkarilainen porsaanlihastike L,G, peruna, lämmin kasvis, salaatti

Ananasrahka L,G

2. Bataattisekeitto L,G, Kreikkalainen salaatti L,G

päivällinen

Janssoninkiusaus L,G, salaatti

Perjantai

lounas

Broileria tomaattichutneyssa M,G, riisi, M,G, lämmin kasvis, salaatti

Juustokiisseli L,G ja karviaishillo M,G

2. Savukalavuoka L,G

päivällinen

Porkkana-kasvispihvit M,G, perunagradiini L,G, salaatti

Lauantai

lounas

Talon mantelikala M, perunasose L, G, lämmin kasvis, salaatti

Lakritsirahka L,G

päivällinen

Broileri-fetapastalaatikko L, salaatti

Sunnuntai

lounas

Pedron naudanlihastike M,G, peruna, lämmin kasvis, salaatti

Päärynän puolikkaat M,G ja raejuustokerma L,G

päivällinen

Juustokeitto L, salaatti

L = laktoositon, M = maidoton, G = gluteeniton VL = vähälaktoosinen

Ruokien listajärjestys: Lounas, jälkiruoka, päivällinen, (2.) vaihtoehtolounas.

* Vaihtoehtolounas saattaa olla eri kuin listassa mainittu.

* Aterioilla tarjotaan: leipä, margariini, ruokajuoma; lounaalla myös salaatti.

* Käytämme ainoastaan kotimaista lihaa ruoanvalmistuksessa

Muutosoikeudet pidätetään.

Hyvää ruokahalua !

VIIKKO 33

16.8-22.8.2021

Maanantai

lounas
Chili con carne M,G, riisi, lämmin kasvis, salaatti
Karviaismarjarahka L,G
2. Kasvispihvit L, Tzatsiki L,G
päivällinen
Välimeren broilerilaatikko L,G, salaatti

Tiistai

lounas
Kalapyörökät M,G, kananmuna-purjokastike L, peruna, lämmin kasvis, salaatti
Mokkakiisseli L,G
2. Kebab-juuresvuoka L,G
päivällinen
Sukijaki M,G, riisi, salaatti

Keskiviikko

lounas
Lasagne L, lämmin kasvis, salaatti
Raparperikiisseli M,G
2. Broileri-linssikeittoa M,G
päivällinen
Kasviskeppukka M,G perunasose L,G, salaatti

Torstai

lounas
Broileri-currykastike L,G, peruna, lämmin kasvis, salaatti
Mansikkarahka L,G
2. Härkis-kaalilaatikkoa L,G
päivällinen
Kinkkukiusaus L,G, salaatti

Perjantai

lounas
Palapaisti L,G, peruna, lämmin kasvis, salaatti
Omena-kaurapaistos M, ja vaniljakastike L,G
2. Lohikeitto L,G
päivällinen
Makkarakeitto M,G, salaatti

Lauantai

lounas
Lohifilee M,G, tartarkastike L,G, peruna, lämmin kasvis, salaatti
Persikkasosekiisseli M,G
päivällinen
Punajuurisosekeitto, L,G, salaatti

Sunnuntai

lounas
Broileria appelsiinikastikkeessa L, peruna, lämmin kasvis, salaatti
Vanukas L,G
päivällinen
Merimiespata M,G, salaatti

L = laktoositon, M = maidoton, G = gluteeniton VL = vähälaktoosinen

Ruokien listajärjestys: Lounas, jälkiruoka, päivällinen, (2.) vaihtoehtolounas.

* Vaihtoehtolounas saattaa olla eri kuin listassa mainittu.

* Aterioilla tarjotaan: leipä, margariini, ruokajuoma; lounaalla myös salaatti.

* Käytämme ainoastaan kotimaista lihaa ruoanvalmistuksessa

Muutosoikeudet pidätetään.

Hyvää ruokahalua !

Tammikaivo

Ruokalista

VIIKKO 34

23.8-29.8.2021

Maanantai

lounas
Chicken ala King L,G, riisi, lämmin kasvis, salaatti
Vadelmakiisseli M,G
2. Jauhelihakeitto M,G
päivällinen
Lihamakaronilaatikko L, salaatti

Tiistai

lounas
Lime-persilja kalaleike M, kermaviilikastike L,G, peruna, lämmin kasvis, salaatti
Aprikoosivispipuuro M
2. Kreikkalainen laatikko L,G
päivällinen
Tomaattinen lihakeitto M,G, salaatti

Keskiviikko

lounas
Jauhemaksapihvit M,G, ruskeakastike L,G, peruna, puolukkahillo, lämmin kasvis, salaatti
Mansikkakiisseli M,G
2. Keltainen kanakeitto M,G
päivällinen
Kebabkastike M,G, täysjyväriisi, salaatti

Torstai

lounas
Hernekeitto, salaatti
Pannukakku L, hillo ja kermavaahto L,G
2. Broileripastavuoka L
päivällinen
Uunisilakat L, peruna, salaatti

Perjantai

lounas
Makkarastroganoff L, perunat, lämmin kasvis, salaatti
Ananaskiisseli M,G
2. Pinaattikeitto L, kananmuna
päivällinen
Kasvispihvi L,M, perunamuhennos L, salaatti

Lauantai

lounas
Lihamureke M,G, rose-pippurikastike L, peruna, lämmin kasvis, salaatti
Hedelmäsalaatti M,G
päivällinen
Lohikiusaus L,G, salaatti

Sunnuntai

lounas
Kalkkuna-savupekonikastike L,G, riisi, lämmin kasvis, salaatti
Mustikkarahka L,G
päivällinen
Kasvispastavuoka L, salaatti

L = laktoositon, M = maidoton, G = gluteeniton VL = vähälaktoosinen

Ruokien listajärjestys: Lounas, jälkiruoka, päivällinen, (2.) vaihtoehtolounas.

* Vaihtoehtolounas saattaa olla eri kuin listassa mainittu.

* Aterioilla tarjotaan: leipä, margariini, ruokajuoma; lounaalla myös salaatti.

* Käytämme ainoastaan kotimaista lihaa ruoanvalmistuksessa

Muutosoikeudet pidätetään.

Hyvää ruokahalua !

Tammikaivo

Ruokalista

VIKKO 35

30.8-5.9.2021

Maanantai

lounas

Juustoinen naudanlihastike L,G, peruna, lämmin kasvi, salaatti

Persikkarahka L,G

2. Porkkanasosekeitto L,G, Välimeren salaatti L,G

päivällinen

Kanakeitto M,G, salaatti

Tiistai

lounas

Itämeren kalaleike L, pinaattikastike L, peruna, lämmin kasvis, salaatti

Helmipuurovanukas L,G ja hillo

2. Lihamakaronilaatikko L

päivällinen

Kukkakaali-kinkkugratiini L,G, peruna, salaatti

Keskiviikko

lounas

Uunimakkara L,G, perunasose L,G, lämmin kasvis, salaatti

Mansikkakiisseli M,G

2. Kalakeitto L,G

päivällinen

Kasvis-maissipyörykkä L,G, perunagratiini L,G, salaatti

Torstai

lounas

Broileria mangokastikkeessa L,G, täysjyväriisi L,G, lämmin kasvis, salaatti

Puolukkaherkku L

2. Salamikiusaus L,G

päivällinen

Täyteläinen kalakeitto L,G, salaatti

Perjantai

lounas

Lihapyörykkä M,G, tomaattikastike L, peruna, lämmin kasvis, salaatti

Ruusunmarjakiisseli M,G ja kermavaahto L,G

2. Maa-artisokkakeitto L,G

päivällinen

Porsas-ananaspata M,G, perunasose L,G, salaatti

Lauantai

lounas

Lohifilee M,G, kermaviilikastike L,G, peruna, lämmin kasvis, salaatti

Mango-sitruunamousse

päivällinen

Jauheliha-perunasoselaatikko L,G, salaatti

Sunnuntai

lounas

Stroganoff L,G, peruna, lämmin kasvis,, salaatti

Riisifrutti

päivällinen

Kanakeitto M,G, Mannapuuro L, salaatti

L = laktoositon, M = maidoton, G = gluteeniton VL = vähälaktoosinen

Ruokien listajärjestys: Lounas, jälkiruoka, päivällinen, (2.) vaihtoehtolounas.

* Vaihtoehtolounas saattaa olla eri kuin listassa mainittu.

* Aterioilla tarjotaan: leipä, margariini, ruokajuoma; lounaalla myös salaatti.

* Käytämme ainoastaan kotimaista lihaa ruoanvalmistuksessa

Muutosoikeudet pidätetään.

Hyvää ruokahalua !

Tammikaivo

Ruokalista

VIIKKO 36

6.9-12.9.2021

Maanantai

lounas
Piparjuurilihakastike M,L, peruna, salaatti
Mansikka-mustikkarahka L,G
2. Broilerikiusaus L,G
päivällinen
Kesäkeitto L,G, salaatti

Tiistai

lounas
Jauhelihakeitto M,G, salaatti
Mannafrutti
2. Jauhelihakeitto M,G
päivällinen
Kaalilaatikko L,G, salaatti, puolukkahillo

Keskiviikko

lounas
Itämainen broilerikastike M,G, riisi, lämmin kasvis, salaatti
Mangorahka L,G
2. Maalaismunakas
päivällinen
Kirkas kalakeitto M,G, salaatti

Torstai

lounas
Lindströminpihvi M, ruskea kermakastike L,G, peruna, lämmin kasvis, salaatti
Suklaakiisseli L,G
2. Janssoninkiusaus
päivällinen
Broileririsotto M,G, salaatti

Perjantai

lounas
Kala la Meuniere VL, kermaviilikastike L,G, perunasose L,G, lämmin kasvis, salaatti
Pappilan hätävara L
2. Siskonmakkarakeitto M,G
päivällinen
Lasagnette L, salaatti

Lauantai

lounas
Jauhelihapuikot pekoni-tuorejuustotäytteellä L, perunagradiini L,G, lämmin kasvis, salaatti
Mustikkakiisseli M,G
päivällinen
Punajuuripihvi M,G, perunasose L,G, salaatti

Sunnuntai

lounas
Aprikoosibroileri L,G, riisi, lämmin kasvi, salaatti
Vanukas L,G
päivällinen
Lihakeitto M,G, salaatti

L = laktoositon, M = maidoton, G = gluteeniton VL = vähälaktoosinen

Ruokien listajärjestys: Lounas, jälkiruoka, päivällinen, (2.) vaihtoehtolounas.

* Vaihtoehtolounas saattaa olla eri kuin listassa mainittu.

* Aterioilla tarjotaan: leipä, margariini, ruokajuoma; lounaalla myös salaatti.

* Käytämme ainoastaan kotimaista lihaa ruoanvalmistuksessa

Muutosoikeudet pidätetään.

Hyvää ruokahalua !