



Opiston 6 viikon välein vaihtuva ruokalista 2017

*muutokset mahdollisia

VK	<u>Maanantai</u>	<u>Tiistai</u>	<u>Keskiviikko</u>	<u>Torstai</u>	<u>Perjantai</u>
1 7 13 19	Jauhelihakeitto juusto, vihannes Mansikkarahka	Broileripyörökät riisi, kastike salaatti Persikkakiisseli	Kinkkukiusaus salaatti Vispipuuro	Jauhelihapihvi perunat/muusi juuresraaste Ruusunmarjakiisseli	Tonnikala- pastavuoka salaatti Jäätelö
2 8 14 20	Broilerikeitto juusto, kasviksia Kaura-omenapaistos vaniljakastike	Makaronilaatikko salaatti Mansikkakiisseli	Uunikala perunat, kastike salaatti Hedelmäpirtelö	Jauhemaksapihvit perunasose salaatti, puolukka Vaniljakiisseli	Kalkkunakastike riisi, pikkuporkkanat punakaalisalaatti Raparperikiisseli
3 9 15 21	Kalakeitto juusto, kasviksia Hedelmäsalaatti	Possukastike perunat salaatti Uuniomena	Kasviskiusaus salaatti Piimähyytelö	Nakkikastike perunat juuresraaste Marjakiisseli	Broileripihvit riisi, kastike salaatti Appelsiiniikiisseli
4 10 16 22	Lihakeitto juusto, tuorekurkkua Puolukkarahka	Uunisilakat perunat salaatti Mustikkasoppa	Jauhelihalasagne porkkanaraaste Hedelmälohkot	Broileri- kookoskastike riisi, salaatti Suklaakiisseli	Lihapyörökät lohkoperunat salaatti Jäätelö
5 11 17 23	Minestronekeitto juusto vihannesta Marjapaistos	Kasvispihvi perunasose salaatti Mustaherukkakiisseli	Kalakiusaus punajuuri vihersalaatti Appelsiiniikiisseli	Jauhelihakastike perunat salaatti Pirtelö	Broileri-pastavuoka salaatti Kuningatarkiisseli
6 12 18 24	Broilerikastike riisi salaatti Mousse	Uunimakkara perunasose salaatti Puolukkakiisseli	Kinkkurisotto salaatti Minttusuklaakiisseli	Hernekeitto juusto vihannes Pannukakku	Kalapuikot perunat/lohkot salaatti Hedelmäkiisseli

Ravintoainesisällön sekä raaka-ainelistan saat keittiöltä pyydettäessä.

Ruokalistan muutokset mahdollisia.