

Ruokalista vk 43. 19-23.10.

MAANANTAI

- Chili con carne (L,G,M)
- Ohra
- Porkkanaraaste

Kasvisruoka:

- Chili con vege

TORSTAI

- Thaimaalainen
- broilerinuudelivuoka (L)
- Jäävuori-kaali-melonisalaatti

Kasvisruoka:

- Mifu-pomodoro-nuudelivuoka (L)

TIISTAI

- Pinaattiohukaiset (L)
- Perunamuusi
- Puolukkahillo
- Kuulammen perunasalaatti

PERJANTAI

- Lohikeitto (L, G)
- Tomaattipalat
- Viljainen vaalealeipä

Kasvisruoka:

- Hernesosekeitto

KESKIVIIKKO

- Tyrnävän Myllyn ohrapuuro (L)
- Marjoja
- Tuorekurkkuviipaleet
- Kaurahöperö leipä

M=Maidoton

G=Gluteeniton

L=Laktoositon

Allergeeneistä lisätietoa
keittiöltä