

VL vähälaktoosinen

L laktoositon

M maidoton

G gluteeniton

Sastamalan Ruoka- ja Puhtauspalvelut Oy

Hopunkallion keittiön puh. 040-504 9653



# RUOKALISTA

LAITOKSET (VAS, TERVEYSKESKUS, VANHAINKODIT, NELIAPILA, TOIMINTAKESKUS)

VIIKKO 3

	MAANANTAI 14.1.2019	TIISTAI 15.1.2019	KESKIVIIKKO 16.1.2019	TORSTAI 17.1.2019	PERJANTAI 18.1.2019	LAUANTAI 19.1.2019	SUNNUNTAI 20.1.2019
AAMIAINEN	Ruishiutalepuuro L,M kahvi/tee, leipä, leikkele, tuorepala	Kaurapuuro L kahvi/tee, leipä, leikkele, tuorepala	Vehnähiutalepuuro L kahvi/tee, leipä, leikkele, tuorepala	Ohrahiutalepuuro L kahvi/tee, leipä, leikkele, tuorepala	Moniviljapuuro L kahvi/tee, leipä, leikkele, tuorepala	Pajalanpuuro L,M kahvi/tee, leipä, leikkele, tuorepala	Mannapuuro L kahvi/tee, leipä, leikkele, tuorepala
LOUNAS	Nakkikastike L,M perunat  lämmin kasvis	Juustoinen kinkkukastike L,G perunat  lämmin kasvis	Kalapyörykät L,M tillikastike L,G perunat  lämmin kasvis	Pinaatti-ohukainen kananmunakastike L,G, perunat  lämmin kasvis	Jauhelihakastike L, perunat  lämmin kasvis	Koskenlaskijan silakat L,G perunat  lämmin kasvis	Lindströmin pihvi L,M,G kastike L,G perunat  lämmin kasvis
SALAATTI	Puutarhurin vihreä salaatti	Mustaherukkainen kaalisalaatti	Hedelmäinen juuresraaste	Kahden kaalin sekoitus	Jäävuori-maissi- vesimelonisalaatti	Jäävuori-retiisi- kesäkurpitsa-salaatti	Kaali-porkkana- ananassalaatti
PÄIVÄKAHVI	kahvileivonnainen	kahvileivonnainen	kahvileivonnainen	kahvileivonnainen	kahvileivonnainen	kahvileivonnainen	kahvileivonnainen
PÄIVÄLLINEN	Koskenlaskijan juuresosekeitto L,G	Kipparin kalakeitto L,G	Borchkeitto, (kasvis) L,M,G smetana L	Kala- katkarapukeitto L,G	Kinkkukiusaus L,G lämmin kasvis	Naudanlihakeitto L,G 	Kasvisosekeitto L,G raejuusto L
JÄLKIRUOKA	Helmiryynipuuro L,G mehukeitto L,M,G	Mansikkakiisseli L,M,G	Mangorahka L,G	Puolukka- vispipuuro L,M 	Kookos-vaniljakiisseli L,G	Hedelmäsalaatti L,M,G	Vanukas
ILTAPALA	Leipä, leikkele, jogurtti/viili/ maito/ piimä, tuorepala/ mehukeitto, kahvi/tee	Leipä, leikkele, jogurtti/viili/ maito/ piimä, tuorepala/ mehukeitto, kahvi/tee	Leipä, leikkele, jogurtti/viili/ maito/ piimä, tuorepala/ mehukeitto, kahvi/tee	Leipä, leikkele, jogurtti/viili/ maito/ piimä, tuorepala/ mehukeitto, kahvi/tee	Leipä, leikkele, jogurtti/viili/ maito/ piimä, tuorepala/ mehukeitto, kahvi/tee	Leipä, leikkele, jogurtti/viili/ maito/ piimä, tuorepala/ mehukeitto, kahvi/tee	Leipä, leikkele, jogurtti/viili/ maito/ piimä, tuorepala/ mehukeitto, kahvi/tee

Muutokset mahdollisia

Käyttämämme pääraaka-aineet ovat kotimaisia



Pääraaka-aine lähellä tuotettu