



Ruokalista AMK

PÄIVÄT	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
VIIKKO 20	13.5. Porkkanaohukaisia ja kalapihvejä, perunasosetta, juustosalaattia, mustaherukkahilloa	14.5. Jauheliuhakeittoa ja Soijarouhe-kasviskeittoa, vihannesta, juustoa Moniviljaruutu	15.5. Broileri-ananaskastiketta ja Mifu-carrykastiketta Kaurasuurimoa Salaattia	16.5. Seitiä yrttikastikkeessa ja Tofua-yrttikastikkeessa Perunoita Salaattia	17.5. Nakkikeittoa ja Juustoista kasvis-nakkikeittoa, Vihannesta Ruisleipää
VIIKKO 21	20.5. Jauheliha-makaronipataa ja Kasvis-makaronipataa, Lämmin vihannes Salaattia	21.5. Pinaattikeittoa ja Kalakeittoa, Kananmuna Karjalanpiirakka Hedelmä	22.5. Kalagratiini Cheddaria ja Kasvisgratiinia Perunasosetta Salaattia	23.5. Hernekeittoa ja Kasvishernekeittoa Vihannesta, Rieskaa Jogurttia	24.5. Possulastukastiketta ja Quorn-kastiketta Perunoita Salaattia
VIIKKO 22	27.5. Lempää broilerikeittoa ja Soijapalakeittoa Vihannesta, Ruisleipää	28.5. Lindströmin pihvejä ja Kasvispihvejä Perunasosetta Salaattia	29.5. TäysjyväLUOMUpuuroa ja Sekamarjakiisseliä, Kasvisosekeittoa, Kalkkunaleikkelettä, Vihannesta	30.5. Talon tapaan	31.5. Talon tapaan

Allergeeneista saa lisätietoa keittiöhenkilökunnalta. Sydänmerkkiaterioita tarjolla 1x viikko. Kasvisruoka/2-vaihtoehto tarjolla lounaalle vapaasti otettavana.