

2021 LOUNASLISTA HENKILÖSTÖ

Terveyskeskuksen ruokasali



Viikot	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
Viikko 5,11,17,23,29	Tonnikalapastavuoka L, A Laivurin salaatti Mansikkakiisseli	Jauhelihakastike L, M,A perunat, Porkkanaraaste ja suolakurkkuviipaleet Aprikoosikiisseli	Lihakeitto LM,G, perunavuoka (LÄHITUOTE), salaattipöytä Puolukkapiiristys	Uunimakkara, L,M, G perunasose L,G,A Kartanon kaalisalaatti ja perunasalaatti Punaherukkakiisseli	Kanaohratto L, M, salaatti, mustaherukkahillo Keittiönmarjajogurtti (mansikka-mustaherukka)
Viikko 6,12,18,24,30	Palvimestarin kiusaus L,G,A salaatti Viinimarjakiisseli	Broilerikastike L,G,A riisi-moniviljaseos, salaatti, mustaherukkahillo Kurpitsa-mangokiisseli	Lohikeitto L,G,A, saaristolaisleipä (LÄHITUOTE), salaattipöytä Marjarahkavaahto	Lasagnette L,A, Salaatti Raparperi-mansikkakiisseli	Keittiön lihamureke L,M,G,A ja perunasose L,G,A, Puolukkainen kaalisalaatti, Tzatziki L,G,A Marjakimara ja vaniljakastike
Viikko 1,7,13,19,25	Bolognesekastike L,M,G täysjyväpasta L,M,A salaatti Mustaherukkakiisseli	Kalaleike L,M,A perunasose L,G,A, vihantakastike L,G,A, porkkanaraaste Mangokiisseli	Hernekeitto L,M,G ,perunavuoka (LÄHITUOTE), salaattipöytä Pannukakku ja tuoremarjasose	Broileri-perunavuoka L, G,A, salaatti, mustaherukkahillo Sekamarjakiisseli	Lindströminpihvit L,M,G, A, sienimuhennos L,G,A ja perunasose L,G,A Talon salaatti L,G,A Hedelmäsalaatti
Viikko 2,8,15,20,26	Hunaja-sinappimarinoitu kasslerpaisti L,M,G,A ja kermaperunat L,A,G, salaatti ja maustekurkkukuutiot Mustikkakiisseli	Mantelikala L,M,A, tillikastike L, G,A, perunasose, raastesalaatti, Mango-aprikoosikiisseli	Broilerjuustokeitto L,G,A ruisnappi (LÄHITUOTE), salaattipöytä Vispipuuro	Nakkikastike L,A ja perunat, salaatti Ruusunmarjakiisseli	Jauheliha-makaronilaatikko A, Salaatti Hedelmäkiisseli
Viikko 3,9,15,21,27	Palapaisti L,M,A, perunat, lämmin kasvislisäke, kesäsalaatti Mustaherukka-vadelmakiisseli	Mustamakkara L,M,A ja perunasose L,G,A, juustosalaatti, puolukkahillo Hedelmäsalaatti	Kalakeitto L,G,A ruisleipä, salaattipöytä Keittiön mustikkarahka	Pulledpastavuoka L,A Keittiön coleslaw salaatti Mango-aprikoosikiisseli	Hedelmäbroileri L,G,A, riisi-moniviljaseos, salaatti, mustaherukkahillo Puolukkakiisseli ja vaniljakastike
Viikko 4,10, 16, 22,28	Lihapyörökät M,L,A kerma-kastikkeessa L,G,A, perunat, salaatti Karviaiskiisseli	Uunilohi L, G,A ja perunat, raikas melonisalaatti, punajuuruisuikaleet Mansikka-banaanisalaatti L,M,G	Makkarakeitto L,M,G pieni grahamsämpylä (LÄHITUOTE), salaattipöytä Keittiön hedelmärahka L,G,A	Pinaattiohukaiset L,A ja perunasose L,G,A ,pastasalaatti, raejuusto ja tuoremarjahillo Punaherukka-mustikkakiisseli	Herkuttelijan kalkkunakastike L,A, ohrahelmi, salaatti, mustaherukkahillo Ruis-puolukkapuuro

Ruokalistamuutokset mahdollisia.

Lyhenteiden selvitykset: VL= vähälaktoosinen, L=laktoositon, M=maidoton, G=gluteeniton, A=sisältää allergeeni