

## Opintien keittiö tarjoaa...

Ruokalista ajalle 12.3.-16.3.2018 / vko 11

Aina tarjolla näkkileipää, levitettä, maitoa/piimää

3	Lounas
<b>Ma</b>	Kasvispyörykät, perunasose, kastike, kalasalaatti
<b>Ti</b>	Liikuntapäivä: Hernekeitto, ruisleipä, tuorepala
<b>Ke</b>	Lihapullapannu, juuresraaste, kurkkusalaatti
<b>To</b>	Juustoinen kalakeitto, leikkele, pehmeä leipä, tuorepala
<b>Pe</b>	Broileripasta, kasvis, vihersalaatti

Ruokalistamuutokset mahdollisia.

## Hyvää ruokahalua

*T: Keittiön väki*



## OPINTIEN KEITTIÖ TARJOAA

Kotipalveluateriat / ruokalista ajalle 12.3.-16.3.2018 / vko 11

<b>3</b>	<b>Lounas</b>
<b>Ma</b>	Kasvispyörykät, perunasose, kastike, kalasalaatti Persikkarahka
<b>Ti</b>	Hernekeitto, ruisleipä, tuorepala Pannukakku ja hillo
<b>Ke</b>	Lihapullakastike, perunasose, juuresraaste, kurkkusalaatti Mansikkakiisseli
<b>To</b>	Juustoinen kalakeitto, leikkele, pehmeä leipä, tuorepala Omenakaurapaistos
<b>Pe</b>	Broileripasta, kasvis, tuoresalaatti Hedelmäsalaatti

Ruokalistamuutokset mahdollisia.

*Hyvää Ruokahalua!*

*T: Keittiön väki*



## OPINTIEN KEITTIÖ TARJOAA

Kotipalveluateriat / ruokalista ajalle 12.3.-18.3.2018 / vko 11

3	Lounas
<b>Ma</b>	Kasvispyörykät, perunasose, kastike, kalasalaatti Persikkarahka
<b>Ti</b>	Hernekeitto, ruisleipä, tuorepala Pannukakku ja hillo
<b>Ke</b>	Lihapullakastike, perunasose, juuresraaste, kurkkusalaatti Mansikkakiisseli
<b>To</b>	Juustoinen kalakeitto, leikkele, pehmeä leipä, tuorepala Omenakaurapaistos
<b>Pe</b>	Broileripasta, kasvis, tuoresalaatti Hedelmäsalaatti
<b>La</b>	Kinkkukiusaus, leipä, juusto, tuorepala Viili
<b>Su</b>	Lohipyörykkä, perunasose, kastike, tuorepala Jogurtti

Ruokalistamuutokset mahdollisia.

*Hyvää Ruokahalua!*

*T: Keittiön väki*



## Vuokkoharjun päiväkot

Ruokalista ajalle 12. – 16.3.2018 vko11

Aina tarjolla näkkileipää, levitettä, maitoa/piimää

3	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA
Ma	Vehnähiutalepuuro, sekaleipä, lauantaimakkara, hedelmäpalat	Kalakeitto, maksamakkara, ruisleipä, tuorepala	Vadelmakiisseli
Ti	Kaurapuuro, ruisleipä, kananmuna, omenatuoremehu	Lihapullapannu, porkkanaraaste, kurkkusalaatti	Vatruskat, tuorepala
Ke	4-viljanpuuro, ruisleipä, juusto, tuorepala	Kasvispyörökät, perunat, juustokastike, kalasalaatti	Vadelmapilvi
To	Riisipuuro , marjakeitto, ruisleipä, kinkkumakkara	Jauhelihakastike, perunasose, kasvikset, tuoresalaatti	Hedelmärahka
Pe	2- viljanpuuro, sekaleipä, kinkkuleike, papurikasvikset	Broileripasta, kasvikset, tuoresalaatti	Pannukakku, hilloke

Ruokalistamuutokset mahdollisia.

Hyvää  
ruokahalua!



## Ravintola Vuokko tarjoaa...

Ruokalista ajalle 12. – 16.3.2018VKO 11

Aina tarjolla näkkileipää, levitettä, maitoa/piimää

3	LOUNAS
Ma	Kalakeitto, maksamakkara, ruisleipä, tuorepala
Ti	Lihapullapannu, porkkanaraaste, kurkkusalaatti Kasvisruoka: kasvispyttipannu
Ke	Kasvispyörykät, perunat, juustokastike, savukalasalaatti Jälkiruoka :Vadelmapilvi
To	Jauhelihakastike, perunasose, kasvikset, tuoresalaatti Kasvisruoka: Mifukastike
Pe	Broileripasta, kasvikset, tuoresalaatti Kasvisruoka: Kasvispapupasta

Ruokalistamuutokset mahdollisia.

## Hyvää ruokahalua

T: Keittiön väki

