

Opintien keittiö tarjoaa...

Ruokalista ajalle 15.1.-19.1.2018 / vko 3

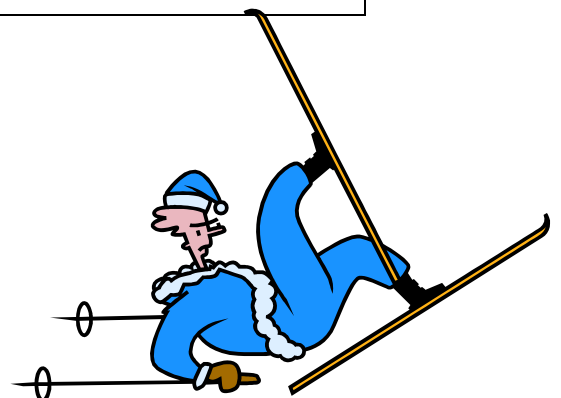
Aina tarjolla näkkileipää, levitettä, maitoa/piimää

2	LOUNAS
Ma	Possukastike, perunat, kasvis, tuoresalaatti
Ti	Rapea kalaleike, perunat, kastike, punajuuri, vihersalaatti
Ke	Pinaattikeitto, kananmuna, pehmeä leipä, tuorepala
To	Kalkkunakastike, viljalisäke, vihanneskoitus, tuoresalaatti
Pe	Lihaperunasosevuoka, porkkanaviipaleet, vihersalaatti

Ruokalistamuutokset mahdollisia.

Hyvää ruokahalua!

T: Keittiön väki



OPINTIEN KEITTIÖ TARJOAA

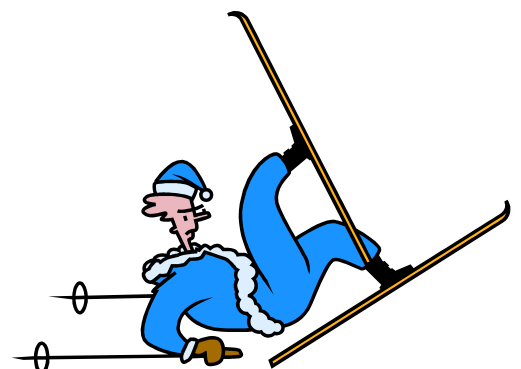
Kotipalveluateriat / ruokalista ajalle 15.1.-19.1.2018 / vko 3

2	Lounas
Ma	Possukastike, perunat, kasvis, tuoresalaatti Mustikkarahka
Ti	Rapea kalaleike, perunat, kastike, punajuuret, vihersalaatti Marjakiisseli
Ke	Pinaattikeitto, kananmuna, pehmeä leipä, tuorepala Karviaspuuro
To	Kalkkunakastike, viljalisäke, vihannessekoitus, tuoresalaatti Jogurtti
Pe	Lihaperunasosevuoka, porkkanaviipaleet, vihersalaatti Päärynäkiisseli

Ruokalistamuutokset mahdollisia

Hyvää ruokahalua!

t. Keittiön väki



OPINTIEN KEITTIÖ TARJOAA

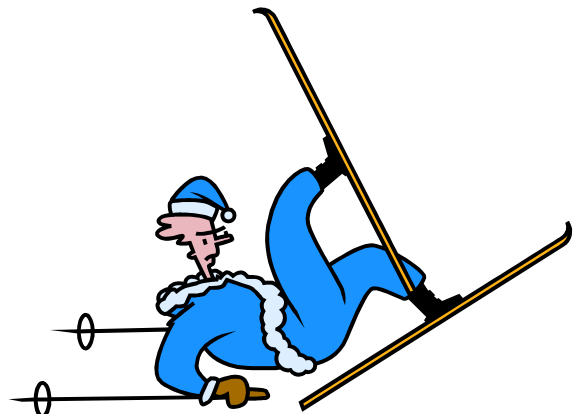
Kotipalveluateriat / ruokalista ajalle 15.1.-21.1.2018 / vko 3

2	Lounas
Ma	Possukastike, perunat, kukkakaali, tuoresalaatti Mustikkarahka
Ti	Rapea kalaleike, perunat, kastike, punajuuret, vihersalaatti Marjakiisseli
Ke	Pinaattikeitto, kananmuna, pehmeä leipä, tuorepala Karviaispuuro
To	Kalkkunakastike, viljalisäke, vihannessekoitus, tuoresalaatti Jogurtti
Pe	Lihaperunasosevuoka, porkkanaviipaleet, vihersalaatti Päärynäkiisseli
La	Lohikiusaus, leipä, tuorepala Vanukas
Su	Lindströminpihvi, perunasose, kastike, tuorepala Viili

Ruokalistamuutokset mahdollisia

Hyvää ruokahalua!

t. Keittiön väki



Vuokkoharjun päiväkot

Ruokalista ajalle 15. – 19.1.2018 vko3

Aina tarjolla näkkileipää, levitettä, maitoa/piimää

2	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA
Ma	Vehnähiutalepuuro, sekaleipä, kananmuna, omenatuoremehu	Possukastike, perunat, kasvikset, tuoresalaatti	Maitokiisseli
Ti	Kaurapuuro, ruisleipä, juusto, tuorepala	Kalaleike, perunasose, punajuuret, vihersalaatti	Kinkkuleipä, hedelmäpalat
Ke	4-viljanpuuro, ruisleipä, juusto, tuorepala	Pinaattikeitto, kananmuna, pehmeä leipä, tuorepala	Persikkarahka
To	Ohrahiutalepuuro (maito), marjakeitto, ruisleipä, kinkkumakkara	Kalkkunakastike, viljalisäke, vihanneskoitus, tuoresalaatti	Hedelmäsalaatti
Pe	2- viljanpuuro, sekaleipä, maksamakkara, paprikasuikaleet	Jauhelihaperunalaatikko, kasvikset, vihersalaatti	Kaakao karjalanpiirakka

Ruokalistamuutokset mahdollisia.

**Hyvää
ruokahalua!**

T: Keittiön väki



Ravintola Vuokko tarjoaa...

Ruokalista ajalle 15. – 19.1.2018 VKO 3

Aina tarjolla näkkileipää, levitettä, maitoa/piimää

2	LOUNAS
Ma	Possukastike, perunat, kasvikset, tuoresalaatti Kasvisruoka: Kasvisjuustokastike
Ti	Kalaleike, perunasose, kastike, punajuuret, vihersalaatti
Ke	Pinaattikeitto, kananmuna, pehmeä leipä, tuorepala
To	Kalkkunakastike, viljalisäke, vihanneskoitus, tuoresalaatti Kasvisruoka: Quenor kastike
Pe	Jauheliaperunalaatikko, kasvikset, vihersalaatti Kasviruoka: Sienilaatikko

Ruokalistamuutokset mahdollisia.

Hyvää ruokahalua

T: Keittiön väki

