

## Opintien keittiö tarjoaa...

Ruokalista ajalle 18.3.-22.3.2019 / vko 12

Aina tarjolla näkkileipää, levitettä, maitoa/piimää

4	Lounas
<b>Ma</b>	Pinaatti-/porkkanaohukainen, peruna, kastike, kreikkalainen salaatti
<b>Ti</b>	Jauhelihipihvit, peruna, sienikastike, kasvis, tuoresalaatti
<b>Ke</b>	Broilerikeitto, pehmeä leipä, juusto, tuorepala
<b>To</b>	Uunikala, peruna, punajuurisalaatti, vihersalaatti
<b>Pe</b>	Jauhelihaperunasoselaatikko, kasvis, salaatti,

Ruokalistamuutokset mahdollisia.

t. Keittiön väki

**Hyvää  
ruokahalua**



## OPINTIEN KEITTIÖ TARJOAA

Kotipalveluateriat / ruokalista ajalle 18.3.-22.3.2019 / vko 12

4	Lounas
<b>Ma</b>	Pinaattiohukainen, peruna, kastike, juustosalaatti, Ruusunmarjarahka
<b>Ti</b>	Jauhelihapihvi, peruna, sienikastike, kasvis, tuoresalaatti Aprikoosikiisseli
<b>Ke</b>	Broilerikeitto, leipä, juusto, tuorepala Mustikka-grahampuro
<b>To</b>	Uunikala, peruna, punajuurisalaatti, vihersalaatti Boysenmarjakiisseli
<b>Pe</b>	Jauhelihaperunasoselaatikko, kasvis, salaatti Kahvikiisseli

Ruokalistamuutokset mahdollisia.

*Hyvää ruokahalua!*

*T: Keittiön väki*



## OPINTIEN KEITTIÖ TARJOAA

Kotipalveluateriat / ruokalista ajalle 18.3.-24.3.2019 / vko 12

4	Lounas
<b>Ma</b>	Pinaattiohukainen, peruna, kastike, juustosalaatti, Ruusunmarjarahka
<b>Ti</b>	Jauhelihapihvi, peruna, sienikastike, kasvis, tuoresalaatti Aprikoosikiisseli
<b>Ke</b>	Broilerikeitto, leipä, juusto, tuorepala Mustikka-grahampuuro
<b>To</b>	Uunikala, peruna, punajuurisalaatti, vihersalaatti Boysenmarjakiisseli
<b>Pe</b>	Jauhelihaperunasoselaatikko, kasvis, salaatti Kahvikiisseli
<b>La</b>	Kasvissosekeitto, leikkele, leipä, tuorepala Jogurtti
<b>Su</b>	Broilerimureke, kermaperuna, kastike, tuorepala Viili

Ruokalistamuutokset mahdollisia.

*Hyvää ruokahalua!*

*T: Keittiön väki*



## Vuokkoharjun päiväkot

Ruokalista ajalle 18.3 – 22.3.2019 vko12

Aina tarjolla näkkileipää, levitettä, maitoa/piimää

4	AAMUPALA	LOUNAS	VÄLIPALA
<b>Ma</b>	Kaurapuuro, ruisleipä, pekonimakkara, tuorepala	Pinaattihukaiset, kastike, perunat, juustosalaatti, hillo	Hedelmärahka
<b>Ti</b>	Vehnähiutalepuuro, sekaleipä, juusto, ananastuoremehu	Jauhelihapihvit perunat, kastike, porkkanaviipaleet vihersalaatti	Juustoleipä, tuorepala
<b>Ke</b>	Kauralesepuuro, marjakeitto, , ruisleipä, kinkkuleike	Broilerikeitto, sämpylä, juusto, tuorepala	Omenapaistos
<b>To</b>	Ruishiutalepuuro, sekaleipä, juusto, tuorepala	Uunikala, perunat, vihersalaatti	Maitokiisseli
<b>Pe</b>	4- viljanpuuro, sekaleipä, pekonimakkara, kurkkuviipaleet	Jauhelihaperunasoselaatikko, vihersalaatti	Karjalanpiirakka

Ruokalistamuutokset mahdollisia.

**Hyvää  
ruokahalua!**

T: Keittiön väki



## Ravintola Vuokko tarjoaa...

Ruokalista ajalle 18.3. – 22.3.2019 VKO 12

Aina tarjolla näkkileipää, levitettä, maitoa/piimää

4	LOUNAS
Ma	Pinaattiohukaiset, perunat, kastike, juustosalaatti, hilloke
Ti	Jauhelihipihvit, perunat, sienikastike, porkkanaviipaleet, vihersalaatti
Ke	Broilerikeitto, sämpylä, juusto, tuorepala
To	Uunikala, perunat, ananas-sellerisalaatti, vihersalaatti
Pe	Jauhelihaperunasoselaatikko, puolukkakaaliraaste, vihersalaatti

Ruokalistamuutokset mahdollisia.

## Hyvää ruokahalua

*T: Keittiön väki*

