

Ruokalista Tunaro

VK 38 16.-22.9.2019

Maanantai		Tiistai	
Aamupala Vehnähiutalepuuro, Leikkele, Tuoreannos		Aamupala Kaurapuuro, Leikkele, Tuoreannos	L, M
Lounas Ranskalainen jauhelihakastike -peruna	L, M, G	Lounas Rapea kalapala -sinappirelish-kastike -perunasose	L L, G L, G
Appelsiiniikiisseli	L, M, G	Vatkattu hedelmäpuuro	L, M
Päiväkahvi Päivän pulla		Päiväkahvi Päivänpulla	
Päivällinen Broilerikasviskeitto	L, G	Päivällinen Jauhelihaperunaviipalevuoka Punajuurisalaatti	L, M, G
Iltaapala: Hedelmä, Leikkele, Tuoreannos		Iltaapala Hedelmä, Leikkele, Tuoreannos	
Keskiviikko		Torstai	
Aamupala Ohrahiutalepuuro, Leikkele, Tuoreannos	L	Aamupala Ruishiutalepuuro, Leikkele, Tuoreannos	L, M
Lounas Lihakeitto -sämpylä	L, M, G	Lounas Makkarakastike -peruna	L, M, G
Pullavanukas, vaniljakastike	L, L, G	Mustikkarahka	L, G
Päiväkahvi Päivänpulla		Päiväkahvi Päivänpulla	
Päivällinen Broilerivuoka Raejuusto	L, G	Päivällinen Jauhelihaperunasosevuoka Maustekurkku	L, M, G
Iltaapala Aprikoosismoothie, Leikkele, Tuoreannos		Iltaapala Hedelmä, leikkele, Tuoreannos	
Perjantai		Lauantai	
Aamupala 4-viljanpuuro, Leikkele, Tuoreannos	L, M	Aamupala Aamupuuro, Leikkele, Tuoremehu	
Lounas Jauhelihapuikot -sinappikastike -peruna	L L	Lounas Jauheliha-kaalilaatikko	L, M, G
Omenakiisseli, kermavaahto	L, M, G, L, G	Vaniljakiisseli, hillo	L, G
Päiväkahvi Päivänpulla		Päiväkahvi Päivänpulla	
Päivällinen Mannapuuro, mehukeitto -leikkele	L, L, M, G	Päivällinen Lohi-seikeitto	L, G
Iltaapala Jogurtti, Leikkele, Tuoreannos		Iltaapala Rahkavaahto, Leikkele, Tuoreannos	
Sunnuntai			
Aamupala Aamupuuro, Leikkele, Tuoreannos		Päiväkahvi Päivänpulla	
Lounas Nautastroganoff -peruna	L	Päivällinen Purjo-perunasosekeitto -leikkele	L, G
Jäätelö	L	Iltaapala Viili, Leikkele, Tuoreannos	
Ruokavaliomerkinnot: G = Gluteeniton, M = Maidoton, L = Laktoositon VL = Vähälaktoosinen		Kyyhkyskodit Ravintolapäällikkö Riitta Kantola Puh. 0447109570	