

Ruokalista Tunaro

VK 47 18.-24.11.2019

Maanantai

Aamupala

Vehnähiutalepuuro, Leikkele, Tuoreannos

Lounas

Kinkku-juustokastike L
-peruna, pasta

Omenasosekiisseli L, M, G

Päiväkahvi

Päivän pulla

Päivällinen

Broileri-kasviskeitto L, G

Iltapala:

Hedelmä, Leikkele, Tuoreannos

Keskiviikko

Aamupala

Ohrahiutalepuuro, Leikkele, Tuoreannos L

Lounas

Porsasstroganoff L
-peruna

Kookoskiisseli, hillo L, G

Päiväkahvi

Päivänpulla

Päivällinen

Riisipuuro, sekahedelmäkeitto L, G
-leikkele

Iltapala

Marjasmoothie, Leikkele, Tuoreannos

Perjantai

Aamupala

4-viljanpuuro, Leikkele, Tuoreannos L, M

Lounas

Jauheli savuoka L, G

Marjarahka L, G

Päiväkahvi

Päivänpulla

Päivällinen

Pinaattiohukaiset, perunasose L/L, M, G
-leikkele

Iltapala

Jogurtti, Leikkele, Tuoreannos

Sunnuntai

Aamupala

Aamupuuro, Leikkele, Tuoreannos

Lounas

Naudanliha-smetanakastike L

-peruna

Jäätelö L

Ruokavaliomerkinnot:

G = Gluteeniton, M = Maidoton, L = Laktoositon

VL = Vähälaktoosinen

Tiistai

Aamupala

Kaurapuuro, Leikkele, Tuoreannos L, M

Lounas

Broilerpuikot L
-currykastike L

-peruna

Kinuskipäärynät L, G

Päiväkahvi

Päivänpulla

Päivällinen

Janssoninkiusaus, punajuuri L, G

Iltapala

Hedelmä, Leikkele, Tuoreannos

Torstai

Aamupala

Ruishiutalepuuro, Leikkele, Tuoreannos L, M

Lounas

Hernekeitto L, M, G
-sämpylä

Ohukaiset, hillo L, G

Päiväkahvi

Päivänpulla

Päivällinen

Juustoinen broilerivuoka L

Raejuusto

Iltapala

Hedelmä, leikkele, Tuoreannos

Lauantai

Aamupala

Aamupuuro, Leikkele, Tuoremehu

Lounas

Lohikiusaus L, G

Kuningatarkiisseli L, M, G

Päiväkahvi

Päivänpulla

Päivällinen

Jauheliha-kasviskeitto L, M, G

Iltapala

Riisifrutti, Leikkele, Tuoreannos

Päiväkahvi

Päivänpulla

Päivällinen

Yrttipernasosekeitto L, G

-leikkele

Iltapala

Viili, Leikkele, Tuoreannos

Kyyhkyskodit

Ravintolapäällikkö Riitta Kantola

Puh. 0447109570