

MA Lohikeitto (G, L), pehmeä leipä

Kasvis: Juustoinen quorn-kasviskeitto (G, L)

TI Nakkikastike (G, L), peruna, salaatti

Kasvis: Sinappinen mifukastike (G, L)

KE Jauhelihapihvit (G, L, M), perunasose, salaatti

Kasvis: Kasviskeppukka (G, L, M)

TO Kinkkukiusaus (G, L), salaatti

Kasvis: Papu-kasviskiusaus (G, L)

PE Broilerikastike (G, L, M), riisi, salaatti

Kasvis: Quorn-kasviskastike (G, L, M)

Lisätietoa allergeeneista saa keittiön henkilökunnalta.

MA Broileripyörykät (L, M), perunasose, salaatti

Kasvis: Porkkananapit (G, L, M)

TI Jauhelihakastike (G, L, M), pasta, salaatti

Kasvis: Chili sin carne (Härkis) (G, L, M)

KE Makkarakeitto (G, L, M), pehmeä leipä

Kasvis: Kasvissosekeitto (G, L, M)+raejuusto

TO Lohikiusaus (G, L), salaatti

Kasvis: Mifu-kasviskiusaus (G, L)

PE Kaurarouhepuuro (G, L), mehukeitto, sämpylä,  
omenalohko

Lisätietoa allergeeneista saa keittiön henkilökunnalta.

- MA Broilerikeitto (G, L, M), pehmeä leipä  
Kasvis: Bataatti-kookoskeitto (G, L)+ raejuusto  
Välipala:
- TI Sinappipossu (G, L), peruna, salaatti  
Kasvis: Sinappinen mifukastike (G, L)
- KE Kalapuikot (G, L, M), perunasose (G, L), salaatti  
Kasvis: Kasvis-papukroketti (G, L, M)
- TO Kebabkiusaus (G, L)/PK Jauhelihiäkiusaus (G, L), salaatti  
Kasvis: Vegelastu-kasviskiusaus (G, L)
- PE Pyttipannu (G, L, M), salaatti  
Kasvis: Kasvispyttipannu (G, L, M)

Lisätietoa allergeeneista saa keittiön henkilökunnalta.

MA Lohipyörykät (G, L, M), perunasose (G, L), salaatti

Kasvis: Porkkananapit (G, L, M)

TI Kermainen broilerikastike (G, L) peruna, salaatti

Kasvis: Quorn-kasviskastike (G, L)

KE Nakkikeitto (G, L, M), pehmeä leipä

Kasvis: Soijanakki-kasviskeitto (L, M)

TO Lihamakaronilaatikko (L), salaatti

Kasvis: Puutarhurin mifu-makaronilaatikko (L)

PE Hernekeitto (G, L, M), juusto

Kasvis: Kasvishernekeitto (G, L, M)

Lisätietoa allergeeneista saa keittiön henkilökunnalta.

## Syyslomaviikko

- MA Jauhelihakeitto (G, L, M), pehmeä leipä  
Kasvis: Bataatti-kookoskeitto (G, L)+ raejuusto
- TI Possukastike, peruna, salaatti  
Kasvis: Härkis-kasvispata (G, L, M)
- KE Uunimakkara (G, L, M), perunasose (G, L), salaatti  
Kasvis: Kasviskepurkka (G, L, M)
- TO Jauhelihalasagnette (L), salaatti  
Kasvis: Soija-kasvislasagnette (L)
- PE Tomaattinen uunikala (G, L), peruna, salaatti  
Kasvis: Tomaattinen quorn-paistos

Lisätietoa allergeeneista saa keittiön henkilökunnalta.

RUOKALISTA SYKSY 2021 VK 6 25.-31.10.

MA Mustamakkara (L, M), perunasose, salaatti

Kasvis: Kasvis-papukroketti (G, L, M)

TI Sydänystävän makkarakastike (G, L, M), peruna, salaatti

Kasvis: Sydänystävän nyhtökaura-kastike (G, L, M)

KE Lihakeitto (G, L, M), pehmeä leipä

Kasvis: Linssikeitto (G, L, M)

TO Tonnikalapasta (L), salaatti

Kasvis: Vegelastu-kasvispasta(L)

PE Koulut: Tortillat

Päiväkodit: Jauhelihakastike, pasta, salaatti

Kasvis: Kasvistortillat

Lisätietoa allergeeneista saa keittiön henkilökunnalta.