

RUOKALISTA VIIKKO 1 6.-12.6. 2022

- MA Nakkikeitto (G, L, M), pehmeä leipä  
Kasvis: Juustoinen kasviskeitto (G, L, M)
- TI Lohipyörykät (G, L, M), perunasose, salaatti  
Kasvis: Porkkananapit (G, L, M)
- KE Lihamakaronilaatikko (L), salaatti  
Kasvis: Mifu-makaronilaatikko (L)
- TO Broilerikastike (G, L, M), peruna, salaatti  
Kasvis: Quorn-kasviskastike (G, L, M)
- PE Jauhelihausaus (G, L), salaatti  
Kasvis: Vegelaustu-kasviskausaus (G, L)

RUOKALISTA VIIKKO 2 13.-19.6..2022

- MA Unimakkara (G, L, M), perunasose, salaatti  
Kasvis: Kasvis-papukroketti (G, L, M)
- TI Broilerikeitto (G, L, M), pehmeä leipä  
Kasvis: Juuressosekeitto (G, L, M)+raejuusto
- KE Unikala (G, L), peruna, salaatti  
Kasvis: Quorn-paistos (G, L)
- TO Jauhelihausaus (G, L, M), pasta, salaatti  
Kasvis: Chili sin carne (G, L, M)
- PE Kinkkukausaus (G, L), salaatti  
Kasvis: Papu-kasviskausaus (G, L)

RUOKALISTA VIIKKO 3 20.-26.6. 2022

- MA Jauhelihausaus (G, L, M), sämpylä  
Kasvis: Soijaruhekeitto (G, L, M)
- TI Lihapullat (L, M), peruna, kermakastike, salaatti  
Kasvis: Bataatti-juurespihvi (G, L, M)
- KE Tonnikalapasta (L), salaatti  
Kasvis: Vegelaustu-kasvispasta (L)
- TO Nakit (G, L, M), perunasose, salaatti  
Kasvis: Härkis-kasviskastike (G, L)

RUOKALISTA VIIKKO 4 27.6.-3.7.

- MA Broileripyörykät (L, M), peruna, kermakastike, salaatti  
Kasvis: Porkkananapit (G, L, M)
- TI Kalakeitto (G, L), ruispalat  
Kasvis: Juustoinen kasviskeitto (G, L)
- KE Nakkikastike (G, L), peruna, salaatti  
Kasvis: Mifu-kasviskastike (G, L)
- TO Kinkkupasta (L), salaatti  
Kasvis: Papupasta (L)
- PE Jauhelihakastike (G, L, M), peruna, salaatti  
Kasvis: Chili sin carne (soija) (G, L, M)

RUOKALISTA VIIKKO 5 4.-10.7.2022

- MA Makkara-keitto (G, L, M), leipä  
Kasvis: Linssikeitto (G, L, M)
- TI Jauhelihapihvit (L, M), perunasose, salaatti  
Kasvis: Bataatti-juurespihvi (G, L, M)
- KE Broilerikastike (G, L), peruna, salaatti  
Kasvis: Quorn-kasviskastike (G, L)
- TO Uunikala (G, L), peruna, salaatti  
Kasvis: Mifu-kasvispaistos (G, L)
- PE Jauhelihalasagnette (L), salaatti  
Kasvis: Härkis-kasvislasagnette(L)

RUOKALISTA VIIKKO 6 11.-17.7. 2022

- MA Lihakeitto (G, L, M), leipä  
Kasvis: Juustoinen kasviskeitto (G, L)
- TI Pyttipannu (G, L, M), salaatti  
Kasvis: Kasvispyttipannu
- KE Broileripasta (L), salaatti  
Kasvis: Eggie-kasvispasta (L)
- TO Possukastike(G, L), peruna, salaatti  
Kasvis: Quorn-kasviskastike (G, L,)
- PE Kalakeitto (G, L), leipä  
Kasvis: Kesäkeitto(G, L)

RUOKALISTA VIIKKO 1 18.-24.7. 2022

- MA Nakkikeitto (G, L, M), pehmeä leipä  
Kasvis: Juustoinen kasviskeitto (G, L, M)
- TI Lohipyörykät (G, L, M), perunasose, salaatti  
Kasvis: Porkkananapit (G, L, M)
- KE Lihamakaronilaatikko (L), salaatti  
Kasvis: Mifu-makaronilaatikko (L)
- TO Broilerikastike (G, L, M), peruna, salaatti  
Kasvis: Quorn-kasviskastike (G, L, M)
- PE Jauhelihausaus (G, L), salaatti  
Kasvis: Vegelastu-kasviskausaus (G, L)

RUOKALISTA VIIKKO 2 25.-31.7.2022

- MA Unimakkara (G, L, M), perunasose, salaatti  
Kasvis: Kasvis-papukroketti (G, L, M)
- TI Broilerikeitto (G, L, M), pehmeä leipä  
Kasvis: Juuressosekeitto (G, L, M)+raejuusto
- KE Unikala (G, L), peruna, salaatti  
Kasvis: Quorn-paistos (G, L)
- TO Jauhelihausaus (G, L, M), pasta, salaatti  
Kasvis: Chili sin carne (G, L, M)
- PE Kinkkukausaus (G, L), salaatti  
Kasvis: Papu-kasviskausaus (G, L)

RUOKALISTA VIIKKO 3 1.-7.8. 2022

- MA Jauhelihausaus (G, L, M), sämpylä  
Kasvis: Soijarouhekeitto (G, L, M)
- TI Lihapullat (L, M), peruna, kermakastike, salaatti  
Kasvis: Bataatti-juurespihvi (G, L, M)
- KE Broilerikausaus (G, L), salaatti  
Kasvis: Eggie-kasviskausaus (G, L)
- TO Makkarakastike (G, L), peruna, salaatti  
Kasvis: Härkis-kasviskastike (G, L)
- PE Tonnikalapasta (L), salaatti  
Kasvis: Vegelastu-kasvispasta (L)

