

## Menu 03.11. - 09.11.

### Maanantai

|                                                                                  |      |                                                                                                                                                                         |
|----------------------------------------------------------------------------------|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Soija-pähkinäkastiketta, vihreitä papuja ja keitetyt perunat                     | G, M |   |
| Intialaisittain maustettua broilerikastiketta, vihreitä papuja ja täysjyväriisiä | G, L |   |
| Juustoista naudanliha-perunaviipalelaatikkoa ja vihreitä papuja                  | G, L |                                                                                      |
| Paahdettu paprikakeitto ja krutonkeja                                            | M    |   |

### Tiistai

|                                                                       |       |                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Pähkinäistä kukkakaaligratiinia                                       | L     |                                                                                      |
| Quorn-viilokkia mustaherukkasurvos, romanokasviksia ja täysjyväriisiä | L     |                                                                                      |
| Kalaa Parmesan, romanokasviksia ja keitetyt perunat                   | G, VL |                                                                                      |
| Kirkasta kanakeittoa                                                  | G, M  |   |

### Keskiviikko

|                                                                     |      |                                                                                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Tomaatti-kasvispastaa luomutofulla                                  | M    |   |
| Soija-kaalilaatikkoa ja puolukkasurvos                              | G, M |                                                                                      |
| Broilerinkoipileike, currykastiketta, kukkakaalia ja täysjyväkauraa | L    |                                                                                      |
| Perinteistä kalakeittoa                                             | G, L |                                                                                     |

### Torstai

|                                                                                             |      |                                                                                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Punajuuripihvit, kaurakermakastiketta, porkkanaa ja moniviljaa                              | M    |   |
| Kalapöyrykät kirjolohesta ja seistä, minttu-jogurttikastiketta, rakuunaporkkanaa ja perunat | G, L |                                                                                        |
| Naudanlihaa yrteillä ja tomaatilla, porkkanaa ja moniviljaa                                 | M    |                                                                                        |
| Parsakeitto (käyttäkää valkoista säilykeparsaa)                                             | L    |                                                                                        |

### Perjantai

|                                                                   |      |                                                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Vegaanista lasagnea                                               | M    |   |
| Lime-korianteriturskaa, paahdettua lanttua ja perunasose          | L    |                                                                                        |
| Juustokuorrutettua uunimakkaraa, paahdettua lanttua ja perunasose | G, L |                                                                                        |
| Luomu pinaattikeittoa                                             | L    |                                                                                        |

Muutokset ruokalistoilla ja tuoteselosteissa mahdollisia. Henkilökunta auttaa mielellään ruoka-aineallergioihin liittyvissä asioissa.  
Changes in menus and list of ingredients are possible. Our staff is always ready to help you if you have any questions concerning allergies.

**G** Gluteeniton | Gluten free **L** Laktoositon | Lactose-free **M** Maidoton | Milk-free **VL** Vähälaktoosinen | Low-lactose