|  |
| --- |
| **Lounas Metropolia Hämeentie Viikko 14** |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
|

|  |
| --- |
| **Tiistai 6 huhti** |

 |  |
|  | **Kotiruoka 1** | Broileria Tikka Masala ja täysjyväriisiä |
|  | **Kasvisruoka** | vegaani Paella savustetusta tofusta |
|  | **Kasviskeitto** | Parsakaalisosekeittoa  |
|  | **Jälkiruoka** | Hedelmäjogurttia |
|  |  |  |
|

|  |
| --- |
| **Keskiviikko 7 huhti** |

 |  |
|  | **Kotiruoka 1** | Paistettuja nakkeja 6 kpl / annos, tomaattimajoneesia ja perunoita |
|  | **Kasvisruoka** | vegaani Kasvispihvejä 3 kpl / annos, tomaattimajoneesia ja perunoita |
|  | **Jälkiruoka** | Hedelmä |
|  |  |  |
|

|  |
| --- |
| **Torstai 8 huhti** |

 |  |
|  | **Kotiruoka 1** | Lohipastaa |
|  | **Kasvisruoka** | vegaani Vege-puikot, linssi-tartar-kastiketta ja täysjyväriisiä |
|  | **Kasviskeitto** | Tomaatti-korianterikeittoa  |
|  | **Jälkiruoka** | Vadelmakiisseliä |
|  |  |  |
|

|  |
| --- |
| **Perjantai 9 huhti** |

 |  |
|  | **Kotiruoka 1** | Lihamureketta 3 kpl / annos, chili-kermaviilikastiketta ja täysjyväriisiä |
|  | **Kasvisruoka** | vegaani Kasvis-Quinoa pihvejä 2 kpl / annos chili-kermaviilikastiketta ja täysjyväriisiä |
|  | **Jälkiruoka** | Suklaa-appelsiinimoussea |