|  |
| --- |
| **Metropolia Hämeentie Lounas** |
|

|  |
| --- |
| **Viikko 18** |

 |
|  |  |  |
|

|  |
| --- |
| **Maanantai 3 touko** |

 |  |
|  | **Kotiruoka 1** | Lohimurekepihvit 2 kpl / annos, tillikermaviilikastiketta ja perunaa |
|  | **Kasvisruoka** | vegaani Tofu-ratatouillea ja täysjyväriisiä |
|  | **Kasviskeitto** | Pinaattikeittoa ja keitettyä kananmunaa |
|  | **Jälkiruoka** | Meloni-mansikkasmoothie |
|  |  |  |
|

|  |
| --- |
| **Tiistai 4 touko** |

 |  |
|  | **Kotiruoka 1** | Lindströmin pihvejä, jogurttikastiketta ja keitettyjä perunoita |
|  | **Kasvisruoka** | Vegepuikkoja, jogurttikastiketta ja keitettyjä perunoita |
|  | **Jälkiruoka** | Ananasrahkaa |
|  |  |  |
|

|  |
| --- |
| **Keskiviikko 5 touko** |

 |  |
|  | **Kotiruoka 1** | Broileria sweet & sour ja täysjyväriisiä |
|  | **Kasvisruoka** | vegaani Punajuuripihvit 3 kpl/annos,piparjuurimajoneesia ja keitettyjä perunoita |
|  | **Kasviskeitto** | Palsternakkasosekeittoa |
|  | **Jälkiruoka** | Suklaakiisseliä |
|  |  |  |
|

|  |
| --- |
| **Torstai 6 touko** |

 |  |
|  | **Kotiruoka 1** | Tacomaustettua jauhelihavuokaa  |
|  | **Kasvisruoka** | vegaani Bataattia ja lehtikaalia maapähkinäkastikkeessa ja täysjyväriisiä  |
|  | **Jälkiruoka** | Ananasrahkaa |
|  |  |  |
|

|  |
| --- |
| **Perjantai 7 touko** |

 |  |
|  | **Kotiruoka 1** | Jauhelihapuikuloita 4 kpl / annos, currymajoneesia ja keitettyjä perunoita |
|  | **Kasvisruoka** | Pinaattiohukaisia,puolukkahilloa ja keitettyjä perunoita |
|  | **Jälkiruoka** | Kahvi tai hedelmä |