|  |  |
| --- | --- |
|  | **Metropolia Hämeentie Lounas Viikko 7** |
|  |

|  |
| --- |
|  |

 |
|  |  |  |  |
|  |

|  |
| --- |
| **Maanantai 15 helmi** |

 |  |
|  |  | **Kotiruoka 1** | Kanaa sweet & sour ja täysjyväriisiä |
|  |  | **Kasvisruoka** | vegaani Kikherne-juurespataa ja riisiä |
|  |  | **Kasviskeitto** | Kukkakaali-parsakaalikeittoa |
|  |  | **Jälkiruoka** | Suklaamousse |
|  |  |  |  |
|  |

|  |
| --- |
| **Tiistai 16 helmi** |

 |  |
|  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  | **Kasvisruoka** | vegaani Kikherne-juurespataa ja riisiä |

 |

|  |  |
| --- | --- |
| Kotiruoka 1 | Kanaa sweet & sour ja täysjyväriisiä |

 | Paneroitua kampelaa, ruohosipuli-kermaviilikastiketta ja keitettyä perunaa**tai**Hernekeittoa ja pannukakkua hillolla |
|  |  | **Kasvisruoka** | Tomaattista peruna-papu-mozzarellavuokaa |
|  |  | **Kasviskeitto** | Linssi-nuudelikeittoa |
|  |  | **Jälkiruoka** | Pannukakkua ja hilloa  |
|  |  |  |  |
|  |

|  |
| --- |
| **Keskiviikko 17 helmi** |

 |  |
|  |  | **Kotiruoka 1** | Paistettuja nakkeja, sipuli-kermakastiketta ja perunasosetta |
|  |  | **Kasvisruoka** | Falafelpyörykät, papusalsaa ja keitettyä pennepastaa |
|  |  | **Kasviskeitto** | Porkkanasosekeittoa |
|  |  | **Jälkiruoka** | Marjajogurttia |
|  |  |  |  |
|  |

|  |
| --- |
| **Torstai 18 helmi** |

 |  |
|  |  | **Kotiruoka 1** | Kinkkukiusausta |
|  |  | **Kasvisruoka** | vegaani Soija-spagettivuokaa |
|  |  | **Kasviskeitto** | Herkkusienikeittoa |
|  |  | **Jälkiruoka** | Mustaherukka-vaniljakerroskiisseliä |
|  |  |  |  |
|  |

|  |
| --- |
| **Perjantai 19 helmi** |

 |  |
|  |  | **Kotiruoka 1** | Parmesanpaneroidut broilerpihvit 2 kpl / annos, pestokastiketta ja pastaa |
|  |  | **Kasvisruoka** | vegaani Soija-pähkinä ratatouillea ja täysjyväriisiä |
|  |  | **Kasviskeitto** | Fenkolisosekeittoa |
|  |  | **Jälkiruoka** | Vatkattua mansikkapuuroa |