|  |  |
| --- | --- |
|  | **Metropolia Hämeentie Lounas Viikko 38** |
|  |  |  |  |
|  |

|  |
| --- |
| **Maanantai 14 syys** |

 |  |
|  |  | **Kotiruoka 1** | Broileria chili-currykastikkeessa ja täysjyväriisiä |
|  |  | **Kasvisruoka** | vegaani Parsakaali-papupastaa |
|  |  | **Kasviskeitto** | Kesäkurpitsa-vuohenjuustokeittoa |
|  |  | **Jälkiruoka** | Mansikka-basilikasmoothieta |
|  |  |  |  |
|  |

|  |
| --- |
| **Tiistai 15 syys** |

 |  |
|  |  | **Kotiruoka 1** | Jauhelihamureketta, sipulikastiketta, porkkanaa ja keitettyä perunaa |
|  |  | **Kasvisruoka** | vegaani Soijapyörykät tomaattikastikkeessa ja täysjyväriisiä |
|  |  | **Kasviskeitto** | Juuressosekeittoa |
|  |  | **Jälkiruoka** | Pannukakkua ja hilloa |
|  |  |  |  |
|  |

|  |
| --- |
| **Keskiviikko 16 syys** |

 |  |
|  |  | **Kotiruoka 1** | Lohipastaa |
|  |  | **Kasvisruoka** | Kasvispihvit, ruohosipuli-kermaviilikastiketta ja perunaa |
|  |  | **Kasviskeitto** | vegaani Vihreää parsakeittoa |
|  |  | **Jälkiruoka** | Sitruuna-salmiakkirahkaa |
|  |  |  |  |
|  |

|  |
| --- |
| **Torstai 17 syys** |

 |  |
|  |  | **Kotiruoka 1** | Yrtti-valkosipulitäytetty broilerpihvi, currymajoneesia ja paahdettua perunaa |
|  |  | **Kasvisruoka** | vegaani Kasvis-kikherne taginea |
|  |  | **Kasviskeitto** | Paprika-tuorejuustokeittoa |
|  |  | **Jälkiruoka** | Mangomoussea |
|  |  |  |  |
|  |

|  |
| --- |
| **Perjantai 18 syys** |

 |  |
|  |  | **Kotiruoka 1** | Pyttipannua ja paistettua kananmunaa |
|  |  | **Kasvisruoka** | vegaani Kasvistäytteiset tortillat savu-tofulla |
|  |  | **Kasviskeitto** | Kasvissosekeittoa |
|  |  | **Jälkiruoka** | Turkkilaista jogurttia, hunajaa ja mysliä |