

Viikko 3**KASVISRUOKAVAIHTOEHTO TARJOLLA VAIN KESKUSTAN PALVELUKESKUKSESSA****Maanantai 17.1.****BROILERPYÖRYKKÄÄ**
perunaa, paprikakastiketta, riisiä
POSSUKEITTOAA
MUSTIKKA-VADELMAKIISELIÄ**Tiistai 18.1.****MAKKARAKASTIKETTA,**
perunasosetta, vihannes
LOHILAATIKKOA**VADELMAKIISSELIÄ****Keskiviikko 19.1.****NAUDANLIHA-PEKONIPATAA,** perunaa
JAUHELIHAKAITTOA**KARPALOKIISSELIÄ****Torstai 20.1.****SUIKALELOHTA JUUSTOKASTIKEESSA**
perunasosetta, värikkäitä porkkanoita
HERNEKEITTOA**PANNUKAKKUA JA HILLOA****Perjantai 21.1.****KOOKOS-KALKKUNAPATAA,** perunaa
JAUHELIHA-PERUNASOSELAATIKKOA**MANSIKKAKIISSELIÄ****Lauantai 22.1.****VAIN KESKUSTAN JA TUIRAN**
PALVELUKESKUKSESSA**UUNILOHTA**
sitruunakastike, perunaa, vihannesta
BULGUR-KVINOA-PAISTOS**LUUMUKIISSELIÄ****Sunnuntai 23.1.****VAIN KESKUSTAN**
PALVELUKESKUKSESSA**PALAPAISTIA,** perunaa, kukkakaalia
JUURESPATAA
KAHVIA JA PIIRAKKAA

Ruokia saa laktoosittomina, maidottomana, gluteenittomana ja miedosti maustettuna.

Ruokalistan muutokset mahdollisia.

Palvelukeskusten lounasajat

Keskustan palvelukeskus	ma-su klo 11-13	Tuiran palvelukeskus	ma-la klo 11-12.30
Höyhtyän palvelukeskus	ma-pe klo 11-12.30	Sara Wacklin-koti	ma-pe klo 11-12.30
		Koskelan Palvelukeskus	ma-pe klo 11.30-13

Viikko 4

KASVISRUOKAVAIHTOEHTO TARJOLLA VAIN KESKUSTAN PALVELUKESKUKSESSA

Maanantai 24.1.

JAUHELIHAKASTIKETTA

perunaa, vihannesta

LOHILASAGNEA

PORKKANA-SITRUUNAKIISSELIÄ

Tiistai 25.1.

JAUHEMAKSAPIHVIÄ,

perunaa, kastiketta, vihannes

SISKONMAKKARAKEITTOA

RUUSUNMARJAKIISSELIÄ

Keskiviikko 26.1.

JANNEN PAISTETTUJA MUIKKUJA,

perunasosetta, parsakaalia

PINAATTIKEITTOA, kananmuna ja piirakkaa

RAPARPERIKIISSELIÄ

Torstai 27.1.

KAALIKÄÄRYLEITÄ

perunaa, kastiketta, porkkanaa

LIHAKEITTOA

KARVIAISMARJAKIISSELIÄ

Perjantai 28.1.

NAUDANLIHA-JUURESPATAA, perunaa

LOHIKEITTOA

APPELSIINI-BANAANIKIISSELIÄ

Lauantai 29.1.

**VAIN KESKUSTAN JA TUIRAN
PALVELUKESKUKSESSA**

BROILERHÖYSTÖÄ

perunaa

JUURESHÖYSTÖÄ

BOYSENMARJAKIISSELIÄ

Sunnuntai 30.1.

**VAIN KESKUSTAN
PALVELUKESKUKSESSA**

PORSAANLEIKE

perunaa, bearnaisekastiketta, vihannesta

JUURESPIHVIÄ

OMENA-KANELIKIISSELIÄ

Ruokia saa laktoosittomina, maidottomana, gluteenittomana ja miedosti maustettuna.

Ruokalistan muutokset mahdollisia.

Palvelukeskusten lounasajat

Keskustan palvelukeskus	ma-su klo 11-13	Tuiran palvelukeskus	ma-la klo 11-12.30
Höyhtyän palvelukeskus	ma-pe klo 11-12.30	Sara Wacklin-koti	ma-pe klo 11-12.30
		Koskelan Palvelukeskus	ma-pe klo 11.30-13