

RUOKALISTA Keskustan palvelukeskus

Viikko 30

Maanantai 22.7.	KALAPYÖRYKÄT , perunaa, kananmunakastike NYHTÖPOSSUPATA JUURES-KAURANYHTÖPATA RUUSUNMARJAKIISSELIÄ
Tiistai 23.7.	NAKKEJA , <i>perunasose, vihannes</i> KALKKUNALAATIKKO TÄYTETTYÄ KESÄKURPITSAA MUSTAHERUKKAKIISSELI
Keskiviikko 24.7.	APPELSIINI-BROILERPATA , perunaa, riisiä, LIHAKEITTO KERMAINEN LEHTIKAALIKAITTO KIRSIKKAKIISSELI
Torstai 25.7.	UUNI LOHTA , perunaa, kastike, herneet JAUHELHAMAKARONIPATA KASVISMAKARONIPATA SITRUUNAKIISSELI
Perjantai 26.7.	SIANLIHA-PUNAJUURIHÖYSTÖ , perunaa KINKKUJUURESKIUSAUS JUURES-KIKHERNEKIUSAUS VATKATTU LUUMUPUURO
Lauantai 27.7.	KUORRUTETTUA KALAA <i>kastike, perunaa. vihannes</i> PAISTETTUA SELLERIÄ MUSTIKKAKIISSELI
Sunnuntai 28.7.	PORONKÄRISTYS , <i>perunasose</i> VIHREÄ TOFUKASTIKE APPELSIINI-ANANASKIISSELI

Ruokia saa laktoosittomana, maidottomana, gluteenittomana ja miedosti maustettuna.
Ruokalistan muutokset mahdollisia.

RUOKALISTA Keskustan palvelukeskus

Viikko 31

Maanantai 29.7.

MAROKKOLAINEN BROILERPATA, perunaa
JAUHELIHA-PEKONIKIUSAUS
PERUNA-PUNAJUURIKIUSAUS
MARJAKIISSELI

Tiistai 30.7.

SMETANA HÄRKÄÄ, perunaa
POSSUKAALIVUOKAA
JUURESKAALIVUOKAA
MAISSIKIISSELIÄ JA HILLOA

Keskiviikko 31.7.

SIANLIHAKASTIKE ,perunat, haud.punakaalia
LOHIKEITTO
PARSAKAALISOSEKEITTO
MANSIKKAKIISSELIÄ

Torstai 1.8.

VERIOHUKAISET, peruna, kastike, porkkanaa
HERNEKEITTO
PORKKANAHOHUKAISET
MANGOKIISSELI

Perjantai 2.8.

MANTELI KALAA, perunaa, kastike, parsakaali
BALKANMAKKARAKEITTO
KUKKAKAALI-PERUNASOSEKEITTO
VADELMA-HERUKKAKIISSELI

Lauantai 3.8.

PAPRIKA-GULASSIA, perunaa
JUURES-PAPRIKAHÖYSTÖ
BANAANIKIISSELI

Sunnuntai 4.8.

UUNI LOHTA,
perunaa, kastike, vihannes
PUNAJUURIGRATIINI
OMENA-PUOLUKKAKIISSELI

Ruokia saa laktoosittomana, maidottomana, gluteenittomana ja miedosti maustettuna.
Ruokalistan muutokset mahdollisia.