

Ruokalista AMK

PÄIVÄT	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIikko	TORSTAI	PERJANTAI
VIKKO 47	20.11. Kasvispyöryköitä ja Kalapyöryköitä Perunasosetta Juustosalaattia	21.11. Seikeittoa ja Soijapalakeittoa Vihannesta, juustoa Moniviljaruutu	22.11. Jauhelihabolognesea ja Tomaattista kasvis-soija- rouhekastiketta Pastaa, Salaattia	23.11. Ohrasuurimopuuroa ja Tuoremarjasosetta sekä Kasvissosekeittoa Kalkkunaleikkelettä, Vihannesta, Ruisvuokaa	24.11. Broilerikastiketta ja Mifu-currykastiketta, Täysjyväriisiä Salaattia
VIKKO 48	27.11. Italianpataa ja Kasvis-italianpataa Salaattia	28.11. Kasvis-sosekeittoa ja Ka- lakeittoa, raejuustoa, vihannesta, ruispala Hedelmä	29.11. Kalamurekepihvejä ja Porkkanapihvejä Perunasosetta Salaattia	30.11. Broilerikeittoa ja Soijapala-kasviskeittoa Vihannesta Juustoa	1.12. Makkarakastiketta ja Kasvis-nakkikastiketta Perunoita Salaattia
VIKKO 49	4.12. Lihakeittoa ja Tofukeittoa Vihannesta Ruisvuokaa	5.12. Broileripatukoita ja Vegepuikkoja, Mango- raja majoneesia, Hedel- mäistä salaattia, Leipä	6.12. Itsenäisyyspäivä 	7.12. Siskonmakkarakeittoa ja Juustoista kasvis-nakki- keittoa, Vihannesta Rieskaa	8.12. Talontapaan
VIKKO 50	11.12. Pinaattikeittoa ja Kas- visosekeittoa, Kanan- muna, Vihannesta Sämpylä	12.12. Jokapojan minikalaa ja Kasvispihvejä, Re- moulade majoneesia Perunoita, Salaattia	13.12. Possukastiketta ja Härkis stroganoffia Perunoita, Porkkanalaatik- koa, Salaattia	14.12. Lihapullakeittoa ja Mini- soija-pyörykkäkeittoa Vihannesta, joululeipää Luumurahkaa	15.12. Kinkkukiusausta ja Kasviskuisausta Rosollia
VIKKO 51	18.12. Lohikeittoa ja Bataatti- sosekeittoa Juustoa Mandariini	19.12. Nakkeja ja Kasvis nakkeja Perunasosetta Salaattia	20.12. Lempeää broilerikeittoa ja Juustoista härkiskeittoa Vihannesta Ruispala	21.12. Riisipuuroa ja kaneli- sokeria sekä Kalakeittoa Joulukinkkuviipale Vihannesta, Joululeipää	22.12. Jauhelihakeittoa ja Soijarouhe-kasviskeittoa Vihannesta Juustoa



Allergeeneista saa lisätietoa keittiöhenkilökunnalta. Sydänmerkkiaterioita tarjolla 1x viikko. Kasvisruoka/2-vaihtoehto tarjolla lounaalle vapaasti otettavana.