

RUOKALISTA (3) 27.9. - 1.10.2021

(Varpeen , Kappelimäen, Itäkulman, Suontaan koulu ja Itäkulman koulu sekä ryhmäperhepäivähoito)

- ma 27.9. Kinkku-pekoniastike (L, S)
Kierremakaroni
Porkkana - mandariinisalaattia
- ti 28.9. Juustoinen jauheliuhaperunaviipalelaatikko (L,G,K,S,SI)
Raikas salaatti (kaali-jäävuori-retiisi-kurpitsa-persilja)
- ke 29.9. Ohrasuurimovelli
Munariisipasteija (L)
- Päiväkoti ja ryhmäperhepäivähoito:**
Nakkikastike (L, G)
Perunat
Vihersalaattia
- to 30.9. Kanakeitto (L,G,K,S,SI)
Rukiinen sämpylä (L,M,K,S)
- pe 1.10. Järvikalapihvi (L, G, S)
Perunat
Appelsiini - jogurttikastike (L, G, K, S)
Jäävuori-kurkku-ananas- salaatti
Salaattikastike

RUOKAVALIOT

G= gluteeniton, L=laktoositon, M=maidoton

K= kananmunaton

S= soijaton

SI =sianlihaton

Fi= suomalaista lihaa

HUOM !! MUUTOKSET MAHDOLLISIA.



Jamix

**Lataa maksuton
JAMIX MENU –sovellus
ja voit lukea ruokalistaamme
myös suoraan kännykältäsi!**