

Ruokalista Tunaro

VK 49 3.-9.12.2018

Maanantai		Tiistai	
Aamupala Vehnähiutalepuuro, Leikkele, Tuoreannos		Aamupala Kaurapuuro, Leikkele, Tuoreannos	L, M
Lounas Uunimakkara -sinappikastike	L	Lounas Broileri-bataattipihvi -currykastike -peruna	L L
Omenasosekiisseli	L, M, G	Mangorahka	L, G
Päiväkahvi Päivän pulla		Päiväkahvi Päivänpulla	
Päivällinen Kermainen broilerikeitto	L, G	Päivällinen Riisipuuro, rusinakeitto -leikkele	L, G/L, M, G L, G
Iltaapala Hedelmä, Leikkele, Tuoreannos		Iltaapala Hedelmä, Leikkele, Tuoreannos	
Keskiviikko		Torstai	
Aamupala Ohrahiutalepuuro, Leikkele, Tuoreannos	L	Aamupala Aamupuuro, Leikkele, Tuoreannos	L, M
Lounas Lihakeitto -sämpylä	L, M, G	Lounas Karjalanpaisti -perunasose	L, M, G L, G
Puolukkakauraherkku	L	Mustikkatalkkuna	L
Päiväkahvi Päivänpulla		Päiväkahvi Päivänpulla	
Päivällinen Kalkkunapastavuoka -mustaherukkahillo	L	Päivällinen Pinaattikeitto, kananmuna -leikkele	L
Iltaapala Mansikkasmoothie, Leikkele, Tuoreannos		Iltaapala Hedelmä, leikkele, Tuoreannos	
Perjantai		Lauantai	
Aamupala 4-viljanpuuro, Leikkele, Tuoreannos	L, M	Aamupala Aamupuuro, Leikkele, Tuoremehu	
Lounas Kalamurekepihvit -tillikastike -peruna	L L	Lounas Jauhelihakiusaus	L
Suklaakiisseli	L, G	Hedelmäsalaatti	L, M, G
Päiväkahvi Päivänpulla		Päiväkahvi Päivänpulla	
Päivällinen Juustokasvisvuoka -leikkele	L, G	Päivällinen Lohikeitto	L, G
Iltaapala Jogurtti, Leikkele, Tuoreannos		Iltaapala Riisifrutti, Leikkele, Tuoreannos	
Sunnuntai			
Aamupala Aamupuuro, Leikkele, Tuoreannos		Päiväkahvi Päivänpulla	
Lounas Riistamurekepihvi -pippurikastike -peruna Jäätelö	L L VL	Päivällinen Juuresosekeitto -leikkele	L, G
		Iltaapala Viili, Leikkele, Tuoreannos	

Ruokavaliomerkinnot:
G = Gluteeniton, M = Maidoton, L = Laktoositon
VL = Vähälaktoosinen

Kyyhkyskodit
Ravintolapäällikkö Riitta Kantola
Puh. 0447109570