

14.01.2019 - 18.01.2019

ruokavaliot

**MAANANTAI****Lounas**

Broilerikastike	L, MAID
Riisi-ruisseos	L, MAID
Porkkanaraaste	GL, L, MAID
Lantturaaste	GL, L, MAID
Jäävuorisalaatti	GL, L, MAID
Paprikasäilyke	GL, L, MAID
Mustaherukkahillo	GL, L, MAID

**TIISTAI****Lounas**

Lihamureke	GL, L, MAID
Perunasose	GL, L, KAS
Keräkaaliraaste	GL, L, MAID
Raejuusto	GL, L
Persikkakuutio	GL, L, MAID
Persilja	GL, L, MAID

**KESKIVIIKKO****Lounas**

Kirjolohikiusaus	GL, L
Herne-maissi-porkkana	GL, L, MAID
Punajuuri	GL, L, MAID
Kiinankaali	GL, L, MAID
Tomaatti	GL, L, MAID

**TORSTAI****Lounas**

Juurespihvi	GL, L, MAID, SYDANMERKK
Juusto-yrttikastike	L
Peruna	GL, L, MAID
Jäävuorisalaatti	GL, L, MAID
Kurkku	GL, L, MAID
Retiisisuikale	GL, L, MAID
Parsa	GL, L, MAID

**PERJANTAI****Lounas**

Nakkikeitto	GL, L, MAID
Rouhesämpylä	L, MAID
Kukkakaali	GL, L, MAID
Kesäkurpitsa	GL, L, MAID