



R Y H M Ä K O T I

# Puistohelmi

Ruokalista 22.7. – 28.7.2024

**LOUNAS 11.30-12.30**

**PÄIVÄLLINEN 16.30-17.30**

<b>MA</b>	Koskenlaskijan kasviskiusaus G,L Vadelma-jogurttimousse G,L	Tomaattimunakas G,L Hedelmä
<b>TI</b>	Pyttipannu G,L Luumukiisseli G,M	Kurpitsakeitto G,L Hedelmä
<b>KE</b>	Jauhelihakastike G,L Mansikkarahka G,L	Bataatti-punajuurikeitto G,L Hedelmä
<b>TO</b>	Makkarakastike G,L Letut ja hillo L	Kasvispihvit ja peruna G,L Hedelmä
<b>PE</b>	Kalapihvit/Kalapyörykät G,L Jäätelö G,L	Kinkkukiusaus G,L Hedelmä
<b>LA</b>	Broilerpata G,L Mangokiisseli G,M	Makkarakeitto G,L, Hedelmä
<b>SU</b>	Lohilaatikko G,L Muffinssi L	Kasvissosekeitto G,L Hedelmä

G gluteeniton L laktoositon VL vähälaktoosinen M maidoton

*Hyvää ruokahalua!*



R Y H M Ä K O T I

# Puistohelmi

Ruokalista 29.7. – 4.8.2024

**LOUNAS 11.30-12.30**

**PÄIVÄLLINEN 16.30-17.30**

<b>MA</b>	Chili con carne G,L Hedelmäsmoothie G,L	Kasvissosekeitto G,L Hedelmä
<b>TI</b>	Possukastike G,L Luumukiisseli G,M	Tomaatti-basilikakeitto G,L Hedelmä
<b>KE</b>	Grillattua broileria G,L Puolukkakiisseli G,M	Jauhelihakeitto G,L Hedelmä
<b>TO</b>	Siskonmakkarakeitto G,L Omena-raparperipaistos L, vaniljakastike G,L	Tonnikala-perunavuoka G,L Hedelmä
<b>PE</b>	Possupyörökät L Mandariinikiisseli G,M	Kalakeitto G,L Hedelmä
<b>LA</b>	Kaalilaatikko L Mustikkarahka G,L	Juussosekeitto G,L karjalanpiirakka, hedelmä
<b>SU</b>	Kalaleike L, jogurttikastike G,L Jäätelö G,L	Juustoinen sienikiusaus G, L Hedelmä

G gluteeniton L laktoositon VL vähälaktoosinen M maidoton

*Hyvää ruokahalua!*