



R Y H M Ä K O T I

Puistohelmi

Ruokalista 23.9. - 29.9.2024

LOUNAS 11.30-12.30

PÄIVÄLLINEN 16.30-17.30

MA	Nakkistroganoff G,L Hedelmä G,L	Tomaattikeitto G,L raejuusto Hedelmä
TI	Janssoninkiusaus G,L Ruusunmarja-banaanikiisseli G,L	Kanakeitto G,L Hedelmä
KE	Marokkolaiset kasvispihvit G,L Ananasrahka G,L	Omenainen kasviskeitto G,L Hedelmä
TO	Jauhelihakeitto G,L Pannukakku ja hillo	Kinkkukiusaus G,L Hedelmä
PE	Curry-broilerkastike G,L Punaherukkakiisseli G,L	Purjo-perunasosekeitto G,L Hedelmä
LA	Jauhelihaperunasoselaatikko G,L Marjasmoothie G,L	Kalakeitto G,L Hedelmä
SU	Kreikkalainen kalapata G,L Pulla ja kahvi L	Bataatti-basilikasosekeitto G,L, Hedelmä

G gluteeniton L laktoositon VL vähälaktoosinen M maidoton

Hyvää ruokahalua!



R Y H M Ä K O T I

Puistohelmi

Ruokalista 30.9. – 6.10.2024

LOUNAS 11.30-12.30

PÄIVÄLLINEN 16.30-17.30

MA	Uunimakkara GL Smoothie GL	Perunamunakas GL Hedelmä
TI	Kaali-jauhelihakeitto GL Mansikkakiisseli GM	Italianpata L Hedelmä
KE	Broilerkastike GL Vaniljakiisseli ja hillo GL	Pinaattikeitto, kananmuna GL Hedelmä
TO	Jauhemaksapihvit GL, puolukka paistettu sipuli Hedelmäsalaatti GM	Maa-artisokkakeitto GL Hedelmä
PE	Perinteinen kalakeitto GL Luumukiisseli GM Korvapuustipäivän korvapuustit päiväkahvilla L	Metsäsienikiusaus GL Hedelmä
LA	Kinkku-kasvisvuoka GL Jäätelö GL	Pesto-kanakeitto GL Hedelmä
SU	Yrttinen broilerin paistileike GL Marjarahka GL	Juuressosekeitto, raejuusto GL Hedelmä

G gluteeniton L laktoositon VL vähälaktoosinen M maidoton

Hyvää ruokahalua!