



R Y H M Ä K O T I
Puistohelmi

Ruokalista 23.6.2025. – 29.6.2025

LOUNAS 11.30-12.30

PÄIVÄLLINEN 16.30-17.30

MA	Possupyörykät GL Smoothie GL	Porkkanaletut L, perunasose Hedelmä
TI	Uunikala GL Hedelmäkiisseli GM	Kesäkurpitsasosekeitto GL Hedelmä
KE	Siskonmakkara stroganoff GL Puolukkarahka GL	Kalakeitto GL Hedelmä
TO	Koskenlaskijan kesäkeitto GL Vispipuuro L	Tonnikalavuoka GL Hedelmä
PE	Broilerpasta L Mangoriisi GL	Minestronekeitto GL Hedelmä
LA	Lohilaatikko GL Luumukiisseli GM	Palsternakkasosekeitto GL, cocktailpiirakka, hedelmä
SU	Broilerimureke GL Mustikka-jogurttivahto GL	Makkarakeitto GL Hedelmä

G gluteeniton L laktoositon VL vähälaktoosinen M maidoton

*Liha alkuperämaa on Suomi.
Lisätietoa allergisoivista ruoka-aineista saat henkilökunnaltamme.*

Hyvää ruokahalua!



R Y H M Ä K O T I

Puistohelmi

Ruokalista 30.6. – 6.7.2025

LOUNAS 11.00-13.00

PÄIVÄLLINEN 16.00-16.30

MA	Bolognese jauhelihakastike GL Marjasmoothie GL	Kreikkalainen kiusaus GL Hedelmä
TI	Kaalikääryleet ja kastike Puolukkakiisseli GM	Nakkikeitto GL Hedelmä
KE	Moussaka GL Hedelmäsalaatti GM	Kurpitsakeitto GL Hedelmä
TO	Kookos-kanakeitto GL Omenainen pannukakku (G)L	Uuniriisipuuro GL Hedelmä
PE	Juustoinen uunikala GL Luumukiisseli	Punajuuri-aurakiusaus GL Hedelmä
LA	Silakkalaatikko GL Jäätelö GL	Juuressosekeitto GL raejuusto ja hedelmä
SU	Kievinkanaa L, kastike Pulla ja kahvi	Maksalaatikko GL raejuusto ja hedelmä

G gluteeniton L laktoositon VL vähälaktoosinen M maidoton

Lihan alkuperämaa on Suomi.

Lisätietoa allergisoivista ruoka-aineista saat henkilökunnaltamme.

Hyvää ruokahalua!