



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!



R Y H M Ä K O T I

Puistohelmi

Ruokalista 7.7. – 13.7.2025

LOUNAS 11.00-13.00

PÄIVÄLLINEN 16.00-16.30

MA	Rakuunainen broilerikastike GL Luumukiisseli GL	Kasvispyörykät GL Hedelmä
TI	Nakkikeitto GL Mustikkarahka GL	Uuniohrapuuro GL Hedelmä
KE	Jauhelihakastike GL Mansikkakiisseli GL	Broilerikeitto GL Hedelmä
TO	Slaavilainen kalakeitto GL Suklaamousse GL	Jauheliha-pastavuoka L Hedelmä
PE	Uunimakkaraa GL Mango-banaanismoothie GL	Porkkanasosekeitto GL,raejuusto Hedelmä
LA	Kaalilaatikko L Vispipuuro L	Kesäkeitto GL Hedelmä
SU	Riista Wallenberg L Jäätelö	Peruna-mifuvuoka Hedelmä

G gluteeniton L laktoositon VL vähälaktoosinen M maidoton

Lihan alkuperämaa on Suomi.

Lisätietoa allergisoivista ruoka-aineista saat henkilökunnaltamme.

Hyvää ruokahalua!