

MUKSULANMÄESSÄ SYÖDÄÄN

Lounas ja välipala ajalle 14.12.2009-31.08.2010

VKO
51, 4, 10, 16, 22, 28, 34

MA
Kinkkukiusaus
Maustettu jogurtti

TI
Ryytimaan kasvispata
Aprikoosipuuro

KE
Italiankastike, spaghetti
Hedelmäsalaatti

TO
Suomalainen kalakeitto
Pizzapala

PE
Kana-/kasvisrisotto
Mysli

VKO
1, 7, 13, 19, 25, 31

MA
Juustokasviskastike, perunat
Pizzasolmut

TI
Lohipyttipannu
Kolmiroleipä

KE
Lihamureke, perunasose
Uuniomena, vaniljakastike

TO
Pinaattikeittoa, kananmuna
Marjarahka

PE
Makaronilaatikkoa
Hedelmäpiirakka

VKO
52, 5, 11, 17, 23, 29, 35

MA
Savulohikastiketta, perunat
Vispipuuro

TI
Kasvisgratiini
Karjalanpiirakka ja vihannes

KE
Jauhelihakastike, perunat
Appelsiiniriisi

TO
Hernekeitto/Kasviskeitto
Pannukakku ja hillo

PE
Kalkkunakastike, riisi
Hedelmävarras

VKO
2, 8, 14, 20, 26, 32

MA
Hiilenkärääjänspagettia
Kuningatarkiisseli

TI
Jauhelihaperunasoselaatikkoa
Karjalanpiirakka ja kurkku

KE
Kasvissosekeitto, raejuusto
Makkaraleipä ja kasvispala

TO
Nakit, bataatti-/perunasose
Ohrapuuro, mehukeitto

PE
Risottovegetaari
Uunijuustoa

VKO
53, 6, 12, 18, 24, 30

MA
Jauhelihamoussaka
Viili/Jogurtti + hillo

TI
Siskonmakkarakeittoa
Vadelmakiisseli ja keksi

KE
Kasvispihvit, kastike
Venäläinen ruismarjaruoka

TO
Broilerkastike, tumma riisi
Kookoskiisseli

PE
Juustoinen uunikala, perunat
Kotipulla/puuro

VKO
3, 9, 15, 21, 27, 33

MA
Makkarakastike, peruna
Hedelmä, leipä

TI
Kalapuikot, kananmunakastike
Tomaattileipä

KE
Sienikastike, kuviopasta
Voileipäkeksit, juusto

TO
Jauhelihakeittoa
Mansikkarahka

PE
Broilerperunapaistos
Ruusunmarjakiisseli

JUOMANA KEVYTMAITO, VESI