

Maanantai 18.10

Lasagne (L) (G-pyyd.) Fi
Uunikampela & rapukastike (L,G)
Munakoiso-kikhernepata (L,G)
Keitetyt perunat (L,G,M,V)
Mustajuurikeitto (L,G)
Mustaherukkasmoothie (L,G)

Tiistai 19.10

Broilerin sisäfilee & mango-chilikastike (L,G)
Lohi-perunasosevuoka (L,G)
Lämmin suppilovahverosalaatti (L,G,M,V)
Täysjyväriisi (L,G,M,V)
Timjami-punajuurikeitto (L,G)
Puolukka-mansikkarahka (L,G)

Keskiviikko 20.10

Feta-pinaattibroileria (L,G) Fi
Lystin haukimurekepihvit (L) (G-pyyd.) Piparjuurikastike (L,G)
Kasviskaalilaatikko (L,G)
Perunamuusi (L,G)
Myskikurpitsakeitto (L,G)
Omenapaistos & vaniljavaahto (L)

Torstai 21.10

Karkkipossu (L,G,M) Fi
Sitruunaruohobroileria (L,G) Fi
Kookos-kasviswokki (L,G,M,V)
Jasmiiniriisi (L,G,M,V)
Herkkusienikeitto (L,G)
Mango-tähtianiskiisseli (L,G)

Perjantai 22.10

Parmesan broilerleike (L) (G-pyyd.) Fi
Ylikypsää nautaa punaviinikastikkeessa (L,G) Fi
Feta-punasipulipizza (L) (G-pyyd.)
Purjo-kermaperunat (L,G)
Parsakaalikeitto (L,G)
Unelmatorttu (L,G)



L=laktoositon, VL=vähälaktoosinen, G=gluteeniton, M=maidoton, V=vegaaninen