

4.

SILMUN RUOKALISTA

30.1.-3.2.2017

LOUNAS

PÄIVÄLLINEN

MAANANTAINA

Järvikalapihvit
Perunasose
kermaviilikastike

Kinkkupaella
Salaatti

Hernepihvit

Kasvispaella

TIISTAINA

Juustoinen broilerkeitto
Juusto
Tuorepala

Italianpata
Salaatti

Linssi-kasviskeitto
Jälkiruoka

Soija-kasvisitalianpata

KESKIVIKKONA

Lihamureke
Perunat
Kastike
Salaatti

Porkkanaohukaiset
Pasta-tonnikalasalatti

Kasviskaalikääryleet

Porkkanaohukaiset

TORSTAINA

Itämainen kirjolohikastike
Riisi
Salaatti

Talontapaan

Itämainen quarn-kasviskastike

PERJANTAINA

Kebabkiusaus
Salaatti

-

Härkäpapukiusaus

Lounaalla ateriaan sisältyvät salaatti, leipä, levite ja ruokajuoma
Jälkiruokana kahvi/tee
Päivällisellä salaatti, leipä, levite ja ruokajuoma

Ruokalistamuutokset mahdollisia