

ROSMARIININ RUOKALISTA kevät 2023

viikko 2, 7, 13, 18	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
	Kanakastike	Lihakeitto	Lihapyörökät / -mureke	Koskenlaskijan kalakeitto	Lasagnette/ broilerilasagne
	Keitetty riisi	Juusto-viipale	Perunasose / kermaperunat	Paprikasuikale	Porkkanaraaste
	Lämmin kaalisekoitus	Kurkkuviipale	Lämmin miniporkkana	Ruutusämpylä	Ketsuppi
	Jäävuori-persikkasalaatti	Sämpylä	Välimerellinen salaatti		
	Mustaherukkahillo				
Kasvisvaihtoehto	Quorn-kastike	Kesäkeitto	Kasvispyörökä/-pihvi		Mifu-lasagnette
viikko 3, 8, 14, 19	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
	Italialainen jauhelihakastike	Perunavelli	Kalapuikot / -pyörökät	Keltainen broilerikeitto	Herkkukiusaus
	Keitetty makaroni	Savukalatahna	Keitetyt perunat	Kurkkuviipale	Vihersalaatti
	Jäävuori-ananassalaatti	Hedelmä	Lämmin kasvissekoitus	Sämpylä	Punajuurikuutio
			Tartar-kastike		
			Jäävuori-melonisalaatti		
Kasvisvaihtoehto	Härkis-bolognese			Keltainen quorn-keitto	Seitankiusaus
viikko 4, 9, 15, 20	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
	Makkarakastike	Riisivelli	Toiveruokapäivä	Hernekeitto	Lohipastavuoka
	Keitetyt perunat	Leikkele		Juusto-viipale	Omena-punajuurisalaatti
	Lämmin kaali-porkkanasekoitus	Marjakiisseli		Porkkanapölkky	
	Porkkanaraaste				
Kasvisvaihtoehto	Veggiekastike			Kasvishernekeitto	
viikko 5, 11, 16, 21	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
	Broileri-pekoni-kastike	Mannapuuro	Uunimakkara	Kermainen lohikeitto	Kebabkiusaus
	Keitetty riisi/ohrahelmi	Leikkele	Perunasose	Salaatinlehti	Porkkanaraaste
	Lämmin vihannessekoitus	Hedelmä	Lämmin miniporkkana	Perunarieska	
	Vihersalaatti		Kurkkusalaatti		
	Mustaherukkahillo		Tomaatti		
			Sinappi, ketsuppi		
Kasvisvaihtoehto	Kasvis-kookoskastike		Kasviskääryle		Veggie-kiusaus
viikko 6, 12, 17, 22	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
	Nakkikastike	Ohrasuurimopuuro	Uunikala	Lihapyörökäkeitto	Broileripasta
	Keitetyt perunat	Leikkele	Keitetyt perunat	Tuorejuusto	Jäävuori-persikkasalaatti
	Lämmin kaalisekoitus	Marjasekoitus	Kasvisgratiini	Tomaatti-viipale	Mustaherukkahillo
	Jäävuori-kurpitsasalaatti		Punajuuriviipale	Sämpylä	
Kasvisvaihtoehto	Kasvisnakkikastike			Kasvissekoitus	Quorn-kasvispasta
Ruokalistaan voi tulla muutoksia raaka-aineen saatavuuden tai toimitusvaikeuksien takia.					