

# Poukama

29.11. – 5.12.2021

Maanantai 29.11.2021	Jauhelihalasagnette, l Bataatti-kookoskeitto, m, g, (s)*, Mansikkakiisseli, m, g Kalastajankeitto, m, g, (s)* Mansikkakiisseli, m, g, kermavaahto, l, g
Tiistai 30.11.2021	Broileria tahitilaiseen tapaan, l, g Kasvis-fetapihvi, vl, g* Jauhelihakeitto, m, g, (s)* Raparperipaistos, m, vaniljakastike, l, g
Keskiviikko 1.12.2021	Välimerellinen kalavuoka, l, g Pinaattikeitto, l, g, (s)*, kananmuna Kalkkuna-juureskeitto, m, g, (s)* Paistopiste: Riisipuuro, l, g, rusinakeitto, m, g Mustikkarahka, l, g
Torstai 2.12.2021	Bolognesekastike, m, g, (s) Kasvispyörykkä, m, g, (s)* Juusto-porokeitto, l, g, (s)* Vatkattu mansikka-raparperipuuro, l
Perjantai 3.12.2021	Nakkikastike, m, (s) Vihanneshöystö, m, g* Kirjolohti-piparjuurikeitto, l, g, (s)* Paistopiste: Riisipuuro, l, g, rusinakeitto, m, g Mansikkaroyal, l, g
Lauantai 4.12.2021	Kirjolahikiusaus, l, g Maukas kasviswokki, m, g, v Omena-kanelirahka, l, g
Sunnuntai 5.12.2021	Broilerin paistileike, m, g Falafel-pyörykkä, m, g, v Mustikkakukko, l, vaniljakastike, l, g

l = laktoositon, m = maidoton, g = gluteeniton,  
v = vegaaninen, (s) = sydänmerkkiateria, \* = opiskelija-ateria (Kelatuettu)

