

TARHIN TOIMINTAKESKUKSEN RUOKALISTA / viikko 13, 14 / 2018

Kiertävän ruokalistan lista nro 1

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

I Vko 13	Ateria	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai
	Lounas	Nakkikeitto, G, M juusto	Jauhelihapihvit, M muusi, G, L kastike, M kaalisalaatti	Italianpata, M vihersalaatti	Mangoinen broilerikastike, M riisi värikä salaatti Vanukas, G

Kiertävän ruokalistan lista nro 2

II Vko 14	Ateria	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
	Lounas	Jauhelihakeitto, G, M juusto herkkukurkku	Kirjolahti-perunakiusaus, G, L tuoresalaatti	Broileripyörökät, M perunat, kastike, M kaali-retiisi- kurpitsasalaatti	Riisipuuro, G kaneli-sokeri leikkele

*Lisäksi lounaalla tarjolla: Rasvaton maito, piimä, vesi tai erityisruokavalion mukainen juoma, levite ja leipä