

vko	MA	TI	KE	TO	PE
33 39 45 51	Uunibroileri, täysjyväriisi <i>Kukkakaalikorma</i> mustaherukka-omenasalaatti	Kasvispyörykät /-pihvi tartar- / mangoraja-kylmäkastike, perunasose kiinankaali-kurkku-melonisalaatti	Hernekeitto <i>Kasvis-kasviskeitto</i> sihtileipä porkkanapala	Tonnikala-pastavuoka <i>Kasvisnuudelipaistos</i> jäävuori-kesäkurpitsa-tomaatti	Jauhelihakeitto Karhisen LUOMUlihasta <i>Farmarin paahdettu juessosekeitto</i> jormaohrasämpylä omena
34 40 46 52	Italianpata, juustoraaste <i>Soija-italianpata, juustoraaste</i> kiinankaali-kurkku-retiisisalaatti	Kalastajan kalapyörykkä <i>Kasvis-fetapihvi</i> tzatzikikastike, perunasose kiinankaali-tomaatti-hernesalaatti	Riisivelli ruisruutu, juusto tuorekurkku	Uunimakkara <i>Munakasrulla</i> sinappirelish, perunasose porkkana-lantturaaste	Lohikeitto <i>Punajuuri-kookoskeitto</i> grahamsämpylä banaani
35 41 47	Samettinen broilerikeitto <i>Linssi-kasviskeitto</i> tuorejuustolevite sesonkikasvis	Jauhelihakastike <i>Mifu-kastike</i> täysjyväpasta kaali-puolukkasalaatti	Sydänystävällinen lohimurekepihvi <i>Karibianpihvi</i> kermaviilikastike, perunasose porkkanaraaste	Kasvislasagnette jäävuori-kiinankaali-kurkku-tomaattisalaatti	Naudanlihakeitto <i>Bataattisosekeitto</i> moniviljaruutu tuorepala/ vesimelonipala
36 42 48	Sydänystävällinen broilerinakkikastike, kuoriperuna <i>Kasvis-pastavuoka</i> jääsal.-punasal.-ananassalaatti	Sinappinen uunikala, perunasose <i>Kasvismoussaka</i> porkkanaraaste	Pinaattivelli Tohmajärven kananmuna grahamsämpylä tuorekurkku	Jauhelihapyyörykät, ruskeakastike <i>Chili sin carne</i> peruna/-sose hedelmäinen kaalisalaatti	Sianliha-perunalaatikko Koivikon Lähilihan lihasta <i>Texmex-kasvisvuoka</i> punajuuriviipaleet, kiinankaali-kurkkusalaatti
37 43 49	Tomaattinen murukastike, perunasose porkkanaraaste	Jauheliha-makaronilaatikko <i>Kasvimakaronilaatikko</i> tomaattisose kiinankaali-kesäkurpitsa-tomaattisalaatti	Broileripyörykät <i>Mexican kasvispihvit</i> currykastike, peruna kaali-porkkana-ananassalaatti	Ohrasuurimopuuro Liperin Myllyn LUOMUohrasta marjakeitto leikkele, tuorepala	Kirjolahikiusaus <i>Juures-vuohenjuusto-perunapaistos</i> pikkuporkkana jäävuori-kurkku-melonisalaatti
38 44 50	Broilerikastike <i>Itämainen linssi-kasvispata</i> moniviljariisi kiinankaali-ananas-herne-salaatti	Pinaattiohukaiset suomal.marjahillo tonnikalasalaatti <i>juusto-pastasalaatti</i>	Perunavelli riisipiirakka, juusto mandariini/satsuma	Jokapojan kalapala, kermaviilikastike <i>Kasvispuikot</i> perunasose kiinankaali-parsakaali-kurkkusalaatti	Jauheliha-kaalilaatikko tai Maksalaatikko <i>Kaalilaatikko soijarouheesta tai Punajuurivuoka</i> puolukka-kurpitsahillo tai puolukkahillo porkkanaraaste

Aterioilla tarjotaan aina ruis- ja näkkileipää, kasvirasvaa sekä rasvatonta maitoa ja luomupiimää. Salaatti laitetaan esille mahdollisimman usein salaattipöytänä.

Ruokalistamuutokset ovat mahdollisia esimerkiksi tavaratoimitusten takia. Huomioimme ruokalistalla juhlapyyhiä, erilaisia teemoja ja sesonkeja sekä luomu- ja lähituotantoa.

Tuore leipä on pääasiassa Pohjois-Karjalaista tuotantoa. Käytämme vain suomalaista tuorelihaa.