

## RUOKALISTASUUNNITTELUPOHJA

Viikko 9	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
Keittolounas	Kermainen parsajuustokeitto	Pinaattikeitto	Kurpitsa-bataattikeitto	Välimeren kalakeitto
Lounas 1	Curry-kookosbroileria	Paistettua broileria	Lasagne	
Lounas 2	Mifujauhis-kaalilaatikko	Lohi-jättikatkarapuvartaat	Paistettua lohta	Poukaman pihvi
Jälkiruoka	Mansikkakiisseli	Vadelmasorbet	Sitruunavaahto	Pannukakku

Viikko 10	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
Keittolounas	Linssikeitto	Juustokeitto	Sienikeitto	Itämainen broilerikeitto
Lounas 1	Lohipasta	Lindströminpihvit	Uunimakkara	Kasvismoussaka
Lounas 2	Stroganoff	Uunilohi	Ankanrintaa	Grillipihvi
Jälkiruoka	Suklaabrownie	Mansikka-mascarponevaahto	Omenapaistos	Pavlova

Viikko 11	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
Keittolounas	Suppilovahverokeitto	Suomalainen lohikeitto	Seljanka ( liha )	Savujuusto-parsakeitto
Lounas 1	Punajuuri-vuohenjuustolasagne	Paistettua riisiä & nautaa	Silakkapihvit	Jauhelihatacot
Lounas 2	Kuhaa Walevska	Ylikypsää porsaanniskaa	Täytettyä broilerinrintaa	Höyrytettyä siikaa
Jälkiruoka	Moccavaahtoa	Raparperivispipuuro	Vohvelit	Juustokakku

Viikko 12	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
Keittolounas	Kasvissosekeitto	Kirkas kalakeitto	Paahdettu kurpitsakeitto	Palsternakka-inkiväärikeitto
Lounas 1	Savulohikiusaus	Nasi goreng	Paahdettua kirjolohta	Kalamureke
Lounas 2	Porsaanselykset	Broilerivarras	Lehtipihvi	Ranskalainen lammaspata
Jälkiruoka	Panna cotta	Tarte tatin	Tuorehedelmäsalaatti	Suklaa fondant

Viikko 13	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
Keittolounas	Tomaattikeitto	Lihakeitto	Maissi- valkosipulikeitto	Kanakeitto
Lounas 1	Broilerikiusaus	Paistettua kalaa	Pyttipannu	Chili con carne
Lounas 2	Grillattua lohta	Porsaanleike	Haudutettua kuhaa	Gratinoitua kirjolohta
Jälkiruoka	Banaanipirtelö	Valkosuklaa- appelsiinivahto	Vaniljamalja	Suklaakääretorttu