

NORLANDIA RUOKALISTA

MAANANTAI

LOUNAS	<i>Liha-perunasoselaatikko (L,G)</i>
SALAATTI	<i>Lämmin kasvis (Baby porkkana) (M,L,G)</i>

TIISTAI

LOUNAS	<i>Lohikeitto (M,L,G)</i>
SALAATTI	<i>Ruisleipä (M,L) Juusto (L,G)</i>

KESKIVIikko

LOUNAS	<i>Broiler-currykastike (L,G) Riisi (M,L,G)</i>
SALAATTI	<i>Kiinankaali, paprika, kurkku (M,L,G)</i>

TORSTAI

LOUNAS	HELATORSTAI
SALAATTI	

PERJANTAI

LOUNAS	<i>Nautajuurespata (L,G) Peruna (M,L,G)</i>
SALAATTI	<i>Kiinankaali, paprika, tomaatti (M,L,G)</i>

M = Maidoton L = Laktoositon G = Gluteiiniton

NORLANDIA RUOKALISTA

MAANANTAI

LOUNAS	<i>Broilerkiusaus (L,G)</i>
SALAATTI	<i>Lämmin kasvis (Säräkasvikset) (M,L,G)</i>

TIISTAI

LOUNAS	<i>Jauhelihakeitto (M,L,G)</i>
SALAATTI	<i>Leipä (M,L) Kalkkunaleikkele (M,L,G)</i>

KESKIVIikko

LOUNAS	<i>Kirjolohi- pihvi (M,L,G) Juustokastike (L,G) Peruna (M,L,G)</i>
SALAATTI	<i>Vihersalaatti, tomaatti, kurkku (M,L,G)</i>

TORSTAI

LOUNAS	<i>Merimiespata (M,L,G)</i>
SALAATTI	<i>Kaaliraaste, kesäkurpitsa (M,L,G)</i>

PERJANTAI

LOUNAS	<i>Kasviskroketti (M,L,G) Tomaattikastike (M,L,G) Lohkoperuna (M,L,G)</i>
SALAATTI	<i>Vihersalaatti, paprika, tomaatti</i>

M = Maidoton L = Laktoositon G = Gluteiiniton

NORLANDIA RUOKALISTA

MAANANTAI

LOUNAS	<i>Kana-yrttikastike (L,G) Riisi (M,L,G)</i>
SALAATTI	<i>Lämmin kasvis (Herne-maissi-paprika)</i>

TIISTAI

LOUNAS	<i>Juustoinen Bataattisosekeitto (L,G)</i>
SALAATTI	<i>Ruisleipä (M,L) Kalkkunaleikkele (M,L,G)</i>

KESKIVIIKKO

LOUNAS	<i>Lihapullat (M,L,G) Ruskeakastike (M,L,G) Perunasose (L,G)</i>
SALAATTI	<i>Kiinankaali, tomaatti</i>

TORSTAI

LOUNAS	<i>Chili con carne (M,L,G) Riisi (M,L,G)</i>
SALAATTI	<i>Lanttu, -porkkanaraaste</i>

PERJANTAI

LOUNAS	<i>Smetanalohikastike (L,G) Peruna (M,L,G)</i>
SALAATTI	<i>Vihersalaatti, kurkku, tomaatti</i>

M = Maidoton L = Laktoositon G = Gluteiiniton

NORLANDIA RUOKALISTA

MAANANTAI

LOUNAS	<i>Pyttipannu (M,L,G)</i>
SALAATTI	<i>Coleslaw (M,L,G)</i>

TIISTAI

LOUNAS	<i>Broilerkeitto (M,L,G)</i>
SALAATTI	<i>Leipä (M,L) Juusto (L,G)</i>

KESKIVIikko

LOUNAS	<i>Porkkanapihvi (M,L,G) Ruohosipulikastike (L,G)</i> <i>Perunasose (L,G)</i>
SALAATTI	<i>Kiinankaali, paprika, kurkku</i>

TORSTAI

LOUNAS	<i>Tonnikalakastike (L,G) pasta (M,L)</i>
SALAATTI	<i>Porkkanaraaste</i>

PERJANTAI

LOUNAS	<i>Jauhelihakastike (M,L,G) Peruna (M,L,G)</i>
SALAATTI	<i>Kiinankaali, tomaatti, kurkku</i>

M = Maidoton L = Laktoositon G = Gluteiiniton

NORLANDIA RUOKALISTA

MAANANTAI

LOUNAS	<i>Lohikiusaus (L,G)</i>
SALAATTI	<i>Aurinkosalaatti (M,L,G)</i>

TIISTAI

LOUNAS	<i>Juuressosekeitto (M,L,G)</i>
SALAATTI	<i>Ruisleipä (M,L) Kalkkunaleikkele (M,L,G)</i>

KESKIVIikko

LOUNAS	<i>Karjalanpaisti (M,L,G) Perunasose (L,G)</i>
SALAATTI	<i>Vihersalaatti, paprika, tomaatti</i>

TORSTAI

LOUNAS	<i>Kinkku-kermakastike (L,G) Pasta (M,L)</i>
SALAATTI	<i>Kaaliraaste, kurkku</i>

PERJANTAI

LOUNAS	<i>Kanapyörykkä (M,L) Currykastike (L,G) Riisi (M,L,G)</i>
SALAATTI	<i>Porkkanaraaste, ananas</i>

M = Maidoton L= Laktoositon G= Gluteeniton

NORLANDIA RUOKALISTA

MAANANTAI

LOUNAS	<i>Lasagne (L)</i>
SALAATTI	<i>Lämmin kasvis (Porkkana, maissi, parsakaali)</i>

TIISTAI

LOUNAS	<i>Siskonmakkarakeitto (M,L,G)</i>
SALAATTI	<i>Sämpylä (M,L) Kalkkunaleike (M,L,G)</i>

KESKIVIIKKO

LOUNAS	<i>Falafelpyörykkä (M,L,G) Paprikakastike (L,G) Perunasose (L,G)</i>
SALAATTI	<i>Kiinankaali, tomaatti</i>

TORSTAI

LOUNAS	<i>Tomaattibroilerikastike (L,G) Riisi (M,L,G)</i>
SALAATTI	<i>Kaaliraaste, kesäkurpitsa</i>

PERJANTAI

LOUNAS	<i>Kirjolohi (M,L,G) Tillikastike (L,G) Peruna (M,L,G)</i>
SALAATTI	<i>Vihersalaatti, kurkku, tomaatti</i>

M = Maidoton L = Laktoositon G = Gluteiiniton