|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Metropolia Hämeentie Lounas** | | |
| |  | | --- | | **Viikko 36** | | | |
|  |  |  |
| |  | | --- | | **Maanantai 31 elo** | | |  |
|  | **Kotiruoka 1** | Pippurihärkää ja keitettyä perunaa |
|  | **Kasvisruoka** | Tomaattista peruna-papu-mozzarellavuokaa |
|  | **Kasviskeitto** | Kukkakaali-parsakaalikeittoa |
|  | **Jälkiruoka** | Marjajogurttia |
|  |  |  |
| |  | | --- | | **Tiistai 1 syys** | | |  |
|  | **Kotiruoka 1** | Lihapyöryköitä ruskekastikkeessa, paahdettuja juureskuutioita ja perunaa |
|  | **Vegaani** | vegaani Kikherne-juurespataa ja paahdettua vehnää |
|  | **Kasviskeitto** | Linssi-nuudelikeittoa |
|  | **Jälkiruoka** | Suklaakiisseliä |
|  |  |  |
| |  | | --- | | **Keskiviikko 2 syys** | | |  |
|  | **Kotiruoka 1** | Kalkkunapastakastiketta ja täysjyväpastaa |
|  | **Kasvisruoka** | Kaali-kikhernegratiinia |
|  | **Vegaani** | vegaani Soija-pähkinä ratatouillea ja täysjyväriisiä |
|  | **Jälkiruoka** | Mustikkarahkaa |
|  |  |  |
| |  | | --- | | **Torstai 3 syys** | | |  |
|  | **Kotiruoka 1** | Makkarakastiketta, vihreitä papuja ja keitettyä perunaa |
|  | **Vegaani** | Falafelpyörykät, papusalsaa ja keitettyä pennepastaa |
|  | **Kasviskeitto** | Herkkusienikeittoa |
|  | **Jälkiruoka** | Kookos-ananasmoussea |
|  |  |  |
| |  | | --- | | **Perjantai 4 syys** | | |  |
|  | **Kotiruoka 1** | Paneroitua kampelaa, ruohosipuli-kermaviilikastiketta ja keitettyä perunaa |
|  | **Kasvisruoka** | vegaani Marokkolainen kikhernepihvi, papu-salsaa ja härkäpapu-kasvisriisiä |
|  | **Kasviskeitto** | Fenkolisosekeittoa |
|  | **Jälkiruoka** | Mustaherukka-vaniljakerroskiisseliä |