

Vihdin Aterian Pajuniityn ruokalista 8.1.-28.7.2024

Vko 4,9,14,19,24,29	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Aamupala	Ruishiutalepuuro L,M,K,VE Appelsiiniäysmehu	Vehnähiutalepuuro L,K Mandariini	Kaurapuuro L,M,K,VE Kaakao L,G,K Kurkku	Riishiutalepuuro L,K Päärynä	Moniviljapuuro L,M,K,VE Porkkana	Mannapuuro L,K	Riisipuuro L,G,K
Lounas	Lihapullat L,M,K Vegeakko L,M,G,K,VE Yrttikastike L,G,K Keitetyt perunat Salaattipöytä	Riisipuuro L,G,K Juusto L,G,K Jääsalaatti Omena	Broileripatukka L,M,G Kasvis-kvinoapihvi L,M,G,K,VE Perunasose L,G,K Curry-jogurttikastike L,G,K Salaattipöytä	Kirjolohikeitto L,G,K Metsäsienikeitto L,G,K Mandariini Saaristolaisleipä Pulla L,M,K,VE	Makaroni-jauhelihavuoka L,K Makaroni-soijavuoka L,K Salaattipöytä	Jauhelihapihvi L,M,G Kermakastike L,G,K Keitetyt perunat	Kalapala L,K Kermaperunat L,G,K
Välipala	Täysjyvämuuro L,K Banaani	Hampurilainen L,M Tomaatti	Vadelma-ruusunmarjakiisseli L,M,G,K,VE Omena	Marjasmoothie L,G,K	Riisipiirakka L Kalkkunaleikkele L,M,G,K Viikon tuorepala	Jäätelö L,G,K	Maustamaton jogurtti L,G,K Päärynäsose L,M,G,K,VE
Päivällinen	Spagettivuoka L,K	Jauhelihakaste L,M,G,K Keitetyt perunat	Siskonmakkarakeitto L,M,G,K Mangorahka L,G,K	Kinkkukiusaus L,G,K	Parsakaalisosekeitto L,G,K Ohukainen L Marjahilloke L,M,G,K,VE	Bataattisosekeitto L,G,K Riisipiirakka L,K Munavoi L,G	Jauhelihakaste L,M,G,K Keitetyt perunat
Vko 5,10,15,20,25,30	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Aamupala	Ruishiutalepuuro L,M,K,VE Omenamehu	Vehnähiutalepuuro L,K Mandariini	Kaurapuuro L,M,K,VE Kaakao L,G,K Kurkku	Riishiutalepuuro L,K Päärynä	Moniviljapuuro L,M,K,VE Porkkana	Mannapuuro L,K	Riisipuuro L,G,K
Lounas	Makkarakastike L,G,K Chilli sin carne L,M,G,K,VE Keitetyt perunat Salaattipöytä	Pinaattiohukaiset L Puolukkahilloke L,M,G,K,VE Perunasose L,G,K Salaattipöytä	Broilerilaatikko L,G,K Nyhtis-pyttis L,M,K,VE Salaattipöytä	Kauden kasvisosekeitto L,G,K Rieska L,M,K,VE Juusto L,G,K	Kalapala L,M,K Karibian kasvispihvi L,M,G,K,VE Tilli-kermaviilikastike L,G,K Perunasose L,G,K Salaattipöytä	Lihapullat L,M,K Perunasose L,G,K	Mantelikala L,M,K Valkokastike L,G,K Keitetyt perunat
Välipala	Leipä, Juusto L,G,K Jääsalaatti	Suklaakiisseli L,K,G Paprika	Mustikkarahka L,G,K	Jauhelihapizza L,K Viinirypäle	Mansikka-raparperiikiisseli L,M,G,K,VE Viikon tuorepala	Maitokiisseli L,G,K	Mansikkamousse L,G,K
Päivällinen	Makaroni-jauhelihavuoka L,K	Jauhelihakebakko L,M,K Perunasose L,G,K	Nakkikeitto L,M,G,K	Lihaperunasoselaatikko L,G,K	Broileripihvi L,M,G,K Currykastike L,G,K Keitetyt perunat	Hernekeitto L,M,K Ohukainen L Marjahilloke L,M,G,K,VE	Makkarakaste L,M,G,K,VE
Vko 6,11,16,21,26	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Aamupala	Ruishiutalepuuro L,M,K,VE Appelsiiniäysmehu	Vehnähiutalepuuro L,K Mandariini	Kaurapuuro L,M,K,VE Kaakao L,G,K Kurkku	Riishiutalepuuro L,K Päärynä	Moniviljapuuro L,M,K,VE Porkkana	Mannapuuro L,K	Riisipuuro L,G,K
Lounas	Broileripihvi L,M,G,K Porkkanapihvi L,M,G,K,VE Currykastike L,G,K Keitetyt perunat Salaattipöytä	Jauhelihakaste L,M,G,K Härkiskastike L,M,G,K,VE Täysjyvä minispaghetti L,M,K,VE Salaattipöytä	Broileririsotto L,M,G,K Punajuuri-aurajuustovuoka L,G,K Salaattipöytä	Hernekeitto L,M,K Porkkana-linsikeitto L,M,K,VE Ohukaiset L,M,K,VE Marjahilloke L,M,G,K,VE	Turskapihvi L,M,K Kasviskeppukka L,M,G,K,VE Tartarkastike L,G Perunasose L,G,K Salaattipöytä	Broilerimureke L,G,K Currykastike L,G,K Täysjyväriisi L,M,G,K,VE	Kalapihvi L,M Tillikastike L,G,K Perunasose L,G,K
Välipala	Grahamsämpylä L Juusto L,G,K Kirsikkatomaatti	Marja-pannacotta L	Hedelmäkiisseli L,M,G,K,VE Banaani	Mansikkavispiipuuro L,M,K,VE Vesimeloni	Banaanijogurtti L,G,K Viikon tuorepala	Puolukkakiisseli L,M,G,K,VE	Mustikkarahka L,G,K
Päivällinen	Kalakeitto L,G,K Vadelmavispiis L,K	Pinaattikeitto L,G,K Kananmuna Mansikkarahka L,G,K	Lihapullat L,M,K Perunasose L,G,K	Jauhelihapihvi L,M Sinappikastike L,G,K Perunasose L,G,K	Nakkikeitto L,M,G,K Pannukaku L Marjahilloke L,M,G,K,VE	Parsakaali-juustokeitto L,G,K Riisipiirakka L,K Munavoi L,G	Kinkkukiusaus L,G,K
Vko 7,12,17,22,27	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Aamupala	Ruishiutalepuuro L,M,K,VE Omenamehu	Vehnähiutalepuuro L,K Mandariini	Kaurapuuro L,M,K,VE Kaakao L,G,K Kurkku	Riishiutalepuuro L,K Päärynä	Moniviljapuuro L,M,K,VE Porkkana	Mannapuuro L,K	Riisipuuro L,G,K
Lounas	Uunimakkara L,M,G,K Quorn-nugetti L,M,K,VE Perunasose L,G,K Salaattipöytä	Parsakaalisosekeitto L,G,K Juusto L,G,K / raejuusto L,G,K Jääsalaatti	Kalakeppukka L,M,G,K Tartarkastike L,G,K Kasvispyörökät L,M,G,K,VE Peruna Salaattipöytä	Broilerikastike L,G,K Quorn-mangokastike L,G Täysjyväriisi L,M,G,K,VE Salaattipöytä	Tonnikalapastavuoka L,K Härkispata L,M,K,VE Salaattipöytä	Seitiä sitruunakastikkeessa L,G,K Perunasose L,G,K	Lihamureke L,M,G Ruskea kastike L,M,G,K Keitetyt perunat
Välipala	Mustaherukkakiisseli L,M,G,K,VE Banaani	Mansikka-rapar-om.kukko L Vaniljakastike L,G,K	Marjarahka L,G,K	Suklaa-banaanismootherie L, K, G	Riisipiirakka L,K Lauantaimakkara L,M,G,K Kirsikkatomaatti	Ananasrahka L,G,K	Mustaherukkavispiipuuro L,M,K,VE
Päivällinen	Maksalaatikko L,M,G,K Puolukkahilloke L,M,G,K,VE	Kananugetit L,M,K Currykastike L,G,K Täysjyväriisi L,M,G,K,VE	Jauhelihakeitto L,M,G,K Grahamsämpylä L Juusto L,G,K	Tonnikalakiusaus L,G,K	Lasagne L	Porkkana-juustokeitto L,G,K Rieska L,M,K Puolukkavispiis L,K	Kinkkukiusaus L,G,K
Vko 8,13,18,23,28	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai	Sunnuntai
Aamupala	Ruishiutalepuuro L,M,K,VE Appelsiiniäysmehu	Vehnähiutalepuuro L,K Mandariini	Kaurapuuro L,M,K,VE Kaakao L,G,K Kurkku	Riishiutalepuuro L,K Päärynä	Moniviljapuuro L,M,K,VE Porkkana	Mannapuuro L,K	Riisipuuro L,G,K
Lounas	Lihakeitto L,M,G,K Pinaattikeitto L,G,K Kananmuna Banaani Kaurainen sämpylä	Lohikiusaus L,G,K Mifurisotto L,G,K Keitetyt pikkuporkkanat Salaattipöytä	Tomaatti-jauhelihapasta L,K Kasvislasagnette L,K Salaattipöytä	Porkkananappi L,M,G,K,VE Tilli-kermaviilikastike L,G,K Perunasose L,G,K Salaattipöytä	Lihaperunasoselaatikko L,G,K / Broileritorilla Soija-perunasoselaatikko L,G,K / Kasvistortilla Salaattipöytä	Lihapullat L,M,K Perunasose L,G,K Puolukkahilloke L,M,G,K,VE	Kalapihvi L,M Tillikastike L,G,K Keitetyt perunat
Välipala	Moniviljaruutu L,M,K,VE Juusto L,G,K Tomaatti	Mansikkakiisseli L,M,G,K,VE Viinirypäle	Puolukkavispiipuuro L,M,K,VE Omena	Mangorahka L,G,K	Grahamsämpylä L Kalkkunaleikkele L,M,G,K Viikon tuorepala	Mansikkakiisseli L,M,G,K,VE	Luumukiisseli L,M,G,K,VE
Päivällinen	Jauhelihakebakko L,M,K Perunasose L,G,K	Jauhelihakaste L,M,G,K Perunasose L,G,K	Juustoinen kesäkeitto L,G,K Ohukainen L Marjahilloke L,M,G,K,VE	Kinkkukiusaus L,G,K	Nakit L,M,G,K Perunasose L,G,K	Broilerikiusaus L,G,K	Porkkana-linsikeitto L,M,G,K,VE Marjarahka L,G,K
Vihdin kunta pidättää oikeuden muuttaa ruokalistaa.			Kirjainmerkit: L= Laktoositon, M= Maidoton, G= Gluteeniton, K= Kananmunaton, VE= Vegaaninen Ruokalista on perusrunko ja ajantasalla oleva ruokalista on esillä JAMIX MENU:ssa www.jamix.fi/menu			Päivällisellä on tarjolla tuoreita/lämpimiä vihanneksia.	