

## **VIHREÄÄ RUOKAA**

viikko 7, 2014

|             |                                                                                                                                 |
|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Maanantai   | Lapskojs<br>Lanttu- ja porkkanasuikaleet, kermaviilikastike, puolukkahillo                                                      |
| Tiistai     | Naudanliha-herukkapata, peruna<br>Valkokaali-nuudelisalaatti, tomaatti, raejuusto                                               |
| Keskiviikko | Peruna-jauhelihalaatikko<br>Marinoidut linssit, salaattipohja punakaalilla, kurkulla ja omenakuutioilla                         |
| Torstai     | Italialainen kana, pasta tagliatelle<br>Kiinankaali, ananas, herne-maissi-paprika, paahdetut maapähkinät                        |
| Perjantai   | Kalakeitto, pehmeä leipä, juusto<br>Jälkiruoaksi hedelmiä: kouluissa omena tai mandariini, päiväkodeissa banaani tai mandariini |