



# Pohjois-Lapin Ruoka Oy

Ruokalista HVA

**Ruokalista**

**10.8.2026 - 16.8.2026**

## Viikko 33

| Maanantai 10.8.2026                                                                                                                                                | Tiistai 11.8.2026                                                                                                                                                                                           | Keskiviikko 12.8.2026                                                                                                                                                                                    | Torstai 13.8.2026                                                                                                                                                                 | Perjantai 14.8.2026                                                                                                                                                                       | Lauantai 15.8.2026                                                                                                                                   | Sunnuntai 16.8.2026                                                                                                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Lounas</b><br>Nakkikastike L,G<br>Peruna<br>Kaaliraaste<br>Punakaali raaste<br>Ananas pala<br>Vadelmakiisseli<br><br><b>Päivällinen</b><br>Broilerikeitto L,M,G | <b>Lounas</b><br>Mehevä<br>kalalaatikko L,G<br>Jäävuorisalaatti<br>suikale<br>Kesäkurpitsa<br>suikale<br>Punajuuri<br>Suklaakahvi-<br>kiisseli<br><br><b>Päivällinen</b><br>Kalkkunakasvis-<br>keitto L,M,G | <b>Lounas</b><br>Veripalttu L,M<br>Valkokastike L,G<br>Perunamuusi L,M,G<br>Porkkanaraaste<br>Puolukkahillo<br>Ananaskiisseli<br><br><b>Päivällinen</b><br>Kermanen<br>linssikasviskeitto<br>Raejuusto L | <b>Lounas</b><br>Lihakeitto L,M,G<br>Juusto<br>Tuorekurkku<br>Ruisleipä<br>Paprika suikale<br>Omenakanelipuuro<br><br><b>Päivällinen</b><br>Jauheliaperuna-<br>soselaatikko L,M,G | <b>Lounas</b><br>Broilerikiusaus L,G<br>Kiinankaali suikale<br>Jääsalaatti<br>Ananas pala<br>Mustaherukkahillo<br>Mangokiisseli<br><br><b>Päivällinen</b><br>Siskonmakkarakeitto<br>L,M,G | <b>Lounas</b><br>Lihapata L,M,G<br>Jäävuorisalaatti<br>suikale<br>Mandariini<br>Puolukkarahka<br><br><b>Päivällinen</b><br>Värikäs kalakeitto<br>L,G | <b>Lounas</b><br>Broilerimurekeleike<br>L,M<br>Perunamuusi L,M,G<br>Currykastike L,G<br>Jäävuorikurkku-<br>tomaattisalaatti<br>Vatkattu marjapuuro<br><br><b>Päivällinen</b><br>Jauhelihakeitto L,M,G |

**L=laktoositon**

**M=maidoton**

**G=gluteeniton**

**Lisätietoa allergeeneistä keittiöhenkilökunnalta**

**Muutokset mahdollisia**