



MENU Äldre / Ikäihmiset

Pargas område / Paraisten alue

9-15.7.2018	Lunch (hemportion)/ Lounas (kotiaateria)		Middag / Päivällinen	
MÅNDAG	Korvsås, potatis, sallad	L,M	Snålsoppa, bröd, pålägg	G,L
MAANANTAI	Makkarakastike, peruna, salaatti		Kesäkeitto, leipä, leikkele	
TISDAG	Broilerbullar, potatis, sallad	L	Italienskryta, sallad	M,L
TIISTAI	Broilerpyörökät, peuna, salaatti		Italianpata, salaatti	
ONSDAG	Ärtsoppa, bröd, pannkaka	G,L,M	Fetaostgrönsakspaj, sallad	L
KESKIVIIKKO	Hernekeitto, leipä, pannukakku		Fetakasvispiirakka, salaatti	
TORSDAG	Maletköttbiff, potatis, sallad	L	Grönsakspuresoppa, bröd, pålägg	G,L
TORSTAI	Jauhelihiavi, peruna, salaatti		Kasvissosekeitto, leipä, leikkele	
FREDAG	Makaronilåda, sallad	L	Korvsoppa, bröd, pålägg	G, L,M
PERJANTAI	Makaronilaatikko, salaatti		Makkarakeitto, leipä, leikkele	
LÖRDAG	Leverbiff, potatis, kokta grönsaker	L	Skink-grönsaksfrestelse, sallad	G,L
LAUANTAI	Maksapihvi, peruna, keitetyt kasvikset		Kinkku-kasviskiusaus, salaatti	
SÖNDAG	Karels stek, potatis, sallad	M,L	Helmigröt, saftsoppa, pålägg	
SUNNUNTAI	Karjalanpaisti, peruna, salaatti		Helmipuuro, mehukeitto, leikkele	

16-22.7.2018	Lunch (hemportion)/ Lounas (kotiaateria)		Middag / Päivällinen	
MÅNDAG	Maletköttås, potatis, sallad	M, L	Knackkorvsoppa, bröd, pålägg	L,M, G
MAANANTAI	Jauhelihakastike, peruna, salaatti		Nakkikeitto, leipä, leikkele	
TISDAG	Vegebullar, potatis, sallad	L	Maletkött-grönsakssoppa, ost	L,M,G
TIISTAI	Kasvispyörökät, peruna, salaatti		Jauheliha-kasviskeitto, juusto	
ONSDAG	Pyttipanna, ägg sallad	L, G, M	Gris-rotsakslåda	L, G
KESKIVIIKKO	Pyttipannu, kananmuna, salaatti		Possu-juuresvuoka	
TORSDAG	Fisksoppa, bröd, ost	G, L	Potatisgröt, smör, pålägg, frukt	M, L
TORSTAI	Kalakeitto, leipä, juusto		Perunapuuro, voi, leikkele, hedelmä	
FREDAG	Skinkfrestelse, sallad	G, L	Solig grönsaks soppa, pålägg, bröd	G, L
PERJANTAI	Kinkkukiusaus, salaatti		Aurinkoinen kasviskeitto, leikkele, leipä	
LÖRDAG	Lax o. rotsaker, potatis	L	Broilerlåda, sallad	L, G
LAUANTAI	Lohta ja juureksia, peruna		Broilerilaatikko, salaatti	
SÖNDAG	Grisgryta, potatis	L	Risgrynsgröt, saftsoppa, pålägg	L
SUNNUNTAI	Possupata, peruna		Riisipuuro, mehukeitto, leikkele	

M = Mjölkfri / Maidoton, L = laktosfri/ Laktoositon, G = Glutenfri/ Gluteeniton

Arkea förbehåller sig rätten att göra ändringar i matlistan.

Arkea pidättää oikeuden ruokalistamuutoksiin.