



MENU Äldre / Ikäihmiset

Pargas område / Paraisten alue

27.8.-2.9.2018 Lunch (hemportion)/ Lounas (kotiateria)

Middag / Päivällinen

MÅNDAG	Maletköttssås, potatis, sallad	M, L	Knack korvsoppa, bröd, pålägg	L, M, G
MAANANTAI	Jauhelihakastike, peruna, salaatti		Nakkikeitto, leipä, leikkele	
TISDAG	Vegebullar, potatis, sallad	L	Maletkött-grönsakrisotto, sallad	L, M, G
TIISTAI	Kasvispyörykät, peruna, salaatti		Jauheliha-kasvisrisotto, salaatti	
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	M, L
TORSTAI	Kalakeitto, leipä, juusto		Perunapuuro, voi	
FREDAG	Skinkfrestelse, sallad	G, L	Solig grönsaks soppa, pålägg, bröd	G, L
PERJANTAI	Kinkkukiusaus, salaatti		Aurinkoinen kasviskeitto, leikkele, leipä	
LÖRDAG	Lax och rotsaker, potatis	L	Broilerlåda, sallad	L, G
LAUANTAI	Lohta ja juureksia, peruna		Broilerilaatikko, salaatti	
SÖNDAG	Grisgryta, potatis	L	Risgrynsgröt, pålägg, saftosoppa	L
SUNNUNTAI	Possupata, peruna		Riisipuuro, leikkele, mehukeitto	

3.-9.9.2018 Lunch (hemportion)/ Lounas (kotiateria)

Middag / Päivällinen

MÅNDAG	Köttssoppa, bröd, ost	M, G, L	Solig vegetarisklåda	G, L
MAANANTAI	Lihakeitto, leipä, juusto		Aurinkoinen kasviskiusaus	
TISDAG	Smetanabroilergryta, potatis, sallad	L	Leverlåda, lingonsylt	G, L
TIISTAI	Smetanabroileripata, peruna, salaatti		Maksalaatikko, puolukkahillo	
ONSDAG	Strömmingsbiff, potatismos, sallad	L	Puresoppa, bröd, pålägg	G, L
KESKIVIIKKO	Silakkapihvi, perunasose, salaatti		Sosekeitto, leipä, leikkele	
TORSdag	Gris-grönsaksgryta, potatis, sallad	L	Putro, ättiksgurka, tomat	G, M, L
TORSTAI	Possu-kasvispata, peruna, salaatti		Putro, etikkakurkku, tomaatti	
FREDAG	Lasagnette, sallad	L	Fisksoppa, bröd, pålägg	G, L
PERJANTAI	Lasagnette, salaatti		Kalakeitto, leipä, leikkele	
LÖRDAG	Leversås, potatis, sallad	L	Janssonsfröstelse, rödbeta	G, L
LAUANTAI	Maksakastike, peruna, salaatti		Janssoninkiusaus, punajuuri	
SÖNDAG	Gratinerad korvbiff, potatis, broccoli	G, L	Mannagröt, saftosoppa, pålägg	
SUNNUNTAI	Kuorrutettu makkarapihvi, peruna, parsakaali		Mannapuuro, mehukeitto, leikkele	

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

Arkea förbehåller sig rätten att göra ändringar i matlistan.

Arkea pidättää oikeuden ruokalistamuutoksiin.