



KONTUKOTIEN RUOKALISTAT

VKO 15 (7. – 13.4.25)

Maanantai:

Lounas:

Lindströmin pihvit ja sipulikastike L, G

Muusi L, G

Aurinkokiisseli M, G

Höyrykasvikset M, G

Päivällinen:

Janssoninkiusaus L, G

Tiistai:

Lounas:

Broileria pestokastikkeessa L, G

Pariisinperunat M, G

Hedelmäinen lanttu-

porkkanaraaste M, G

Suklaakiisseli L, G

Päivällinen:

Metsäsienikeitto L, G

Keskiviikko:

Lounas:

Possustroganoffia L, G

Peruna M, G

Uunijuurekset M, G

Karviaiskiisseli M, G

Päivällinen:

Liha-perunasoselaatikko L, G

Torstai:

Lounas:

Silakkapihvit L

kylmä munakastike L, G

Muusi L, G

Kiinankaali-meloni-raejuusto L, G

Sitruunainen mustikkarahka L, G

Päivällinen:

Linssi-tomaattisosekeitto L, G

Perjantai:

Lounas:

Koskenlaskijan lihapata L, G

Peruna M, G

Etikkapunajuuri M, G

Hedelmäinen tuorepuuro L, G

Päivällinen:

Lohikeitto L, G

Lauantai:

Lounas:

Mustamakkara M

Muusi L, G

Herukkakiisseli M, G

Päivällinen:

Pinaattikeitto L, G ja kananmuna M, G

Sunnuntai:

Lounas:

Kanapyörykät ja currykastike L, G

Kerma-perunat L, G

Karpalokiisseli M, G

Päivällinen:

Broilerin jauhelihakeitto M, G



KONTUKOTIEN RUOKALISTAT

VKO 16 (14. – 20.4.25)

Maanantai:

Lounas:

Kaalilaatikko M, G

Mustikkakiisseli M, G

Höyrykasvikset M, G

Päivällinen:

Makkarakeitto M, G

Tiistai:

Lounas:

Paneroitua kampelaa L

Kylmäkastike L, G

Muusi L, G

Omena-kanelikiisseli M, G

Cheddar-meloni-kiinankaali L, G

Päivällinen:

Meetvurstikiusaus L, G

Keskiviikko:

Lounas:

Broileria tomaatti-

mozzarellakastikkeessa L, G

Peruna M, G

Juurekset M, G

Marjatuorepuuro L, G

Päivällinen:

Savulohikeitto L, G

Torstai:

Lounas:

Miilunpolttajan kinkkukastiketta L, G

Peruna M, G

Ananas-porkkanaraaste M, G

Mustaherukkakiisseli M, G

Päivällinen:

Basilika-broilerikeitto M, G

Perjantai:

Lounas:

Valkosipuli-lammaspihvejä L

Bearnaiskastike L, G

Kermaperunat L, G

Punajuurisalaatti M, G

Marjarahka L, G

Päivällinen:

Jauheliuhakeitto M, G

Lauantai:

Lounas:

Kermassa haudutettua lohta L, G

Perunat M, G

Uunikasvikset M, G

Sitruunainen persikkarahka L, G

Päivällinen:

Sienikiusaus L, G

Sunnuntai:

Lounas:

Sitruunainen broileri L, G

Pariisinperunat M, G

Sitruunainen persikkarahka L, G

Päivällinen:

Koskenlaskijan kasvissosekeitto L, G



KONTUKOTIEN RUOKALISTAT

VKO 17 (21. – 27.4.25)

Maanantai:

Lounas:

Lammaspyörykät ja madeirakastike
M, G
Muusi L, G
Pasha

Päivällinen:

Kasviskiusaus L, G

Tiistai:

Lounas:

Mantelikala L
Muusi L, G
Mansikkakiisseli M, G
Vihersalaatti M, G

Päivällinen:

Jauhelihakiusaus L, G

Keskiviikko:

Lounas:

Pannupihvit ja
kerma-sipulikastike L, G
Peruna M, G
Uunijuurekset M, G
Raparperipaistos M
Vaniljakastike L, G

Päivällinen:

Kookos-bataattisosekeitto L, G

Torstai:

Lounas:

Aasialaista jogurtti broileria L, G
Peruna M, G
Mustaherukka-punakaaliraaste M, G
Puolukkatuorepuuro L, G

Päivällinen:

Juustoinen savuriistakeitto L, G

Perjantai:

Lounas:

Smetana-uunilohi L, G
Muusi L, G
Aprikoosirahka L, G
Hedelmäinen raaste M, G

Päivällinen:

Nakkikeitto M, G

Lauantai:

Lounas:

Jauhelihalasagne L
Mandariinikiisseli M, G

Päivällinen:

Lihakeitto M, G

Sunnuntai:

Lounas:

Karjalanpaisti M, G
Muusi L, G
Persikkakiisseli M, G

Päivällinen:

Kahden kalan keitto L, G



KONTUKOTIEN RUOKALISTAT

VKO 18 (28.4. – 4.5.25)

Maanantai:

Lounas:

Juustoinen uunimakkarat L, G

Muusi L, G

Vadelmakiisseli M, G

Höyrykasvikset M, G

Päivällinen:

Maksalaatikko M, G

Tiistai:

Lounas:

Broileri-savujuustokiusaus L, G

Karviaispaistos M

Vaniljakastike L, G

Mustaherukka-punakaaliraaste M, G

Päivällinen:

Lohikeitto L, G

Keskiviikko:

Lounas:

Nakkeja M, G, Lohkoperunoita M, G

Silliä, Meloni-vihersalaattia M, G

Perunasalaattia M, G

Mokkakiisseli L, G Munkkeja L, G

Päivällinen:

Savulohi-perunakiusaus L, G

Torstai:

Vappubrunssi:

Lihapullia M, G

Feta-perunamunakasta L, G

Savukalaa M, G Vihreä coleslaw L, G

Sienisalaatti M, G

Mustikkatuorepuuro L, G

Päivällinen:

Jauheliha-keitto M, G

Perjantai:

Lounas:

Kaalikärryleitää L, G

Perunamuusia L, G

Höyrykasviksia M, G

Vadelmarahka L, G

Päivällinen:

Kermanen kanakeitto L, G

Lauantai:

Lounas:

Riistakiusaus L, G

Mango-kookosmannavanukas L

Päivällinen:

Unkarilainen liha-keitto M, G

Sunnuntai:

Lounas:

Kassleria ja

kerma-pippurikastiketta L, G

Pariisinperunat M, G

Mango-kookosmannavanukas L

Päivällinen:

Porkkanaseikeitto L, G