

Nivala kotiateriat ruokalista

Kalenteriviikko 2025: 49

G=gluteeniton,L=laktoositon,M=maidoton

Vko 5 / ma	ti	ke	to	pe	la 6.12. Itsenäisyyspäivä	su
Lihakeitto (G,M), sulatejuusto, vihreäsalaatti-retiisi-ananssalaatti	Karjalanpaisti (G,M), perunat, puutarhasekoitus	Nakkikastike (G,M), perunat, salaattimix-tomaatti-tuorekurkkusalaatti	Porkkanaohukaiset (L) tai Pinaattiohukaiset (L), perunasose (G,L), puolukka, raejuusto	Lihapyörökät (M), perunat, kastike (G,M), rapea suikale-vesimelonisalaatti	Mantelikala (L), perunasose (G,L), parsakaali, rosolli	Perunasosepata (G,L), porkkanasekoitus, italiansalaatti
Päärynäkiisseli (G,M)	Kreikkalainen jogurtti (G,M)	Mustikkainen piimävanukas (G,L)	Kuningatarkiisseli (G,M)	Hedelmäsmoothie (G,L)	Marja-talkkunahyve (G,L)	Riisifrutti (G)

Ateriat toimitetaan kylmänä ma, ke ja pe. Muutokset ruokalistalla ovat mahdollisia.