

16.10 – 20.10.2017 Koululaisten syysloma



RAVINTOLA MELISSA SULJETTU

HINNAT	Lappian, Lapin Amk:n, Luovin ja Kemin Lyseon henkilöstö	Lapin Amk:n opiskelijat	Lappian aikuisopiskelijat	Muut kävijät
Keittolounas:	5,00 €	1,80 €	5,00 €	8,60 €
Lounas ja kasvislounas:	6,40 €	2,60 €	6,40 €	8,60 €

Maanantai 23.10.2017

Keittolounas Herkkusienikeitto (G,L), Porkkanaraaste

Lounas Jauhelihakastike (L), Pasta, Kahden kaalinsekoitus, Porkkanaraaste *

Kasvislounas Soijarouhekastike (G,M), Pasta, Kahden Kaalinsekoitus, Porkkanaraaste *

Tiistai 24.10.2017

Keittolounas Kasvis-hernekeitto (G,M) ,Sulatejuusto (L), Juurespala

Lounas Hernekeitto (G,M), Sulatejuusto (L), Juurespala, Pannukakku ja Hillo

Kasvislounas Kasvis-hernekeitto (G,M) ,Sulatejuusto (L), Juurespala, Pannukakku ja Hillo

Keskiviikko 25.10.2017

Keittolounas Bataatti-kookoskeitto (G,L), Jäävuori-appelsiinisalatti*

Lounas Italian jauhelihapata (L), Jäävuori-appelsiinisalatti *

Kasvislounas Italian kasvispata (L), Jäävuori-appelsiinisalatti *

Torstai 26.10.2017

Keittolounas Parsakaalikeitto, (G, L) Kaali-puolukkasalaatti*

Lounas Jauhemaksapihvi (G,M,L), Peruna (G,L), Ruskeakastike (L), Kaali-puolukkasalaatti*

Kasvislounas Papupihvi (L), Peruna (G,L), kastike, Kaali-puolukkasalaatti

Perjantai 27.10.2017

Lounas Seikeitto (L,G), Kaurapala (L), Tomaatti, Marjakiisseli (G, M, L)*

Kasvislounas Yrttitarhan Kasviskeitto (G,M), Kaurapala (L), Tomaatti, Marjakiisseli (G,M,L)*

HINNAT	Lappian, Lapin Amk:n, Luovin ja Kemin Lyseon henkilöstö	Lapin Amk:n opiskelijat	Lappian aikuisopiskelijat	Muut kävijät
Keittolounas:	5,00 €	1,80 €	5,00 €	8,60 €
Lounas ja kasvislounas:	6,40 €	2,60 €	6,40 €	8,60 €

Maanantai 30.10.2017

Keittolounas	Kukkakaalikeitto (G,L), Vihersalaatti*
Lounas	Possukastike (L), Peruna, Babyporkkana, Vihersalaatti*
Kasvislounas	Tofukastike (G,L), Peruna, Babyporkkana, Vihersalaatti*

Tiistai 31.10.2017

Keittolounas	Kesäkeitto (G,L), Hedelmäpala*
Lounas	Värikäs kalakeitto (G,L) Sämpylä, Hedelmäpala*
Kasvislounas	Kesäkeitto (G,L) Sämpylä, Hedelmäpala*

Keskiviikko 1.11.2017

Keittolounas	Punajuurisosekeitto (G,L), Punakaali-valkokaali-ananas-salaatti*
Lounas	Broileri-cappelipaistos (L), Punakaali-valkokaali-ananas-salaatti
Kasvislounas	Tofu-cappelipaistos (L), Punakaali-valkokaali-ananas-salaatti

Torstai 2.11.2017

Keittolounas	Metsäsienikeitto (G,L), Vitamiinisalaatti*
Lounas	Lihapullakastike (L,G,M), Pasta, Vitamiinisalaatti
Kasvislounas	Kasvis-papukroketti (G,L), Kastike (G,L), Peruna, Vitamiinisalaatti

Perjantai 3.11.2017

Lounas	Lihakeitto (G,L), Ruispala, Juusto (L), Tuorekurkku, Jäätelö*
Kasvislounas	Puutarhurinkeitto (G,M), Ruispala, Juusto(L), Tuorekurkku, Jäätelö*

HINNAT	Lappian, Lapin Amk:n, Luovin ja Kemin Lyseon henkilöstö	Lapin Amk:n opiskelijat	Lappian aikuisopiskelijat	Muut kävijät
Keittolounas:	5,00 €	1,80 €	5,00 €	8,60 €
Lounas ja kasvislounas:	6,40 €	2,60 €	6,40 €	8,60 €

Maanantai 6.11.2017

Keittolounas	Purjo-perunasosekeitto (G,L), Kukkakaali – Cantapoupesalaatti
Lounas	Värikäs broilerikastike (L), Riisi, Mustaherukkahillo, Kukkakaali – Cantapoupesalaatti *
Kasvislounas	Linssi-kasvishöystö (G,M), Riisi, Mustaherukkahillo, Kukkakaali – Cantapoupesalaatti *

Tiistai 7.11.2017

Keittolounas	Savutofukeitto (G,L), Tuorekurkku *
Lounas	Savuporokeitto (G,L), Perunarieska, Tuorekurkku *
Kasvislounas	Savutofukeitto (G,L), Perunarieska, Tuorekurkku*

Keskiviikko 8.11.2017

Keittolounas	Porkkanasosekeitto, (L,G) Punajuuri – omenasalaatti *
Lounas	Uunikala Kastikkeella, Peruna, Punajuuri – omenasalaatti*
Kasvislounas	Kasvikset kastikkeella (L,G), Peruna, Punajuuri – omenasalaatti*

Torstai 9.11.2017

Keittolounas	Sipulikeitto (G,L), Tomaatti
Lounas	Uunimakkara (G,M), Perunasose (G,L), Kurkkusalaatti, Tomaatti
Kasvislounas	Kasvisgrilleri (G,L), Perunasose (G,L), Kurkkusalaatti, Tomaatti

Perjantai 10.11.2017

Keittolounas	
Lounas	Pinaattikeitto (L), Kananmuna, Karjalanpiirakka, Juurespala * Rahka
Kasvislounas	Pinaattikeitto (L), Kananmuna, Karjalanpiirakka, Juurespala * Rahka

HINNAT	Lappian, Lapin Amk:n, Luovin ja Kemin Lyseon henkilöstö	Lapin Amk:n opiskelijat	Lappian aikuisopiskelijat	Muut kävijät
Keittolounas:	5,00 €	1,80 €	5,00 €	8,60 €
Lounas ja kasvislounas:	6,40 €	2,60 €	6,40 €	8,60 €

Maanantai 13.11.2017

Keittolounas	Tomaattikeitto (L), Kaali-oreganosalaatti
Lounas	Palapaisti,(L) Peruna, Porkkanaviipale, Kaali-oreganosalaatti
Kasvislounas	Lumoava Kasvispata (G, L), , Peruna, Porkkanaviipale, Kaali-oreganosalaatti

Tiistai 14.11.2017

Lounas	Ohrapuuro (L), LÄHIRUOKA , Mehukeitto (G,L), Leikkele (L), Ruispala, Tuorepala*
Kasvislounas	Ohrapuuro (L), LÄHIRUOKA , Mehukeitto (G,L), Juusto (L) Ruispala, Tuorepala,*
HK, AMK lounas	Liha-perunalaatikko (G,L), Salaatti

Keskiviikko 15.11.2017

Keittolounas	Omenainen Juustokeitto(G,L), Kreikkalainen salaatti
Lounas	Kinkkukiusaus (G,L), Kreikkalainen salaatti*
Kasvislounas	Juustoinen peruna-bataattivuoka(G,L), Kreikkalainen salaatti*

Torstai 16.11.2017

Keittolounas	Parsakeitto (G,L), Mehukas melonisalaatti
Lounas	Sitruunainen kalaleike(L), Peruna, kermaviilikastike, Mehukas melonisalaatti
Kasvislounas	Kasvishampurilaispihvi(G,M), Peruna, Kermaviilikastike(G,L), , Mehukas melonisalaatti

Perjantai 17.11.2017

Lounas	Aurinkoinen Broilerikeitto (M,G), Ruissämpylä, Kurkkupölkky, Hedelmäsalaatti
Kasvisruoka	Aurinkoinen Mifukeitto (M,G), Ruissämpylä, Kurkkupölkky, Hedelmäsalaatti

HINNAT	Lappian, Lapin Amk:n, Luovin ja Kemin Lyseon henkilöstö	Lapin Amk:n opiskelijat	Lappian aikuisopiskelijat	Muut kävijät
Keittolounas:	5,00 €	1,80 €	5,00 €	8,60 €
Lounas ja kasvislounas:	6,40 €	2,60 €	6,40 €	8,60 €