

Maanantai 25.3.2019

Keittolounas	Mustajuurikeitto (G,L), Jäävuori - Tomaattisalaatti*
Lounas	Makkarakastike (L), Peruna, Jäävuori - Tomaattisalaatti
Kasvislounas	Soijanakkikastike (G,L), Peruna, Jäävuori - Tomaattisalaatti *

Tiistai 26.3.2019

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

Keskiviikko 27.3.2019

Keittolounas	Tomaatti-vuohenjuustokeitto (G,), Kaali-tuorekurkku-pikkelssisalaatti
Lounas	Jauheliha – makaronilaatikko (L), Kaali-tuorekurkku-pikkelssisalaatti*
Kasvislounas	Mifu-makaronilaatikko (L), Kaali-tuorekurkku-pikkelssisalaatti*

Torstai 28.3.2019

Keittolounas	Kahden kaalinkeitto (G,L), Jäävuori-paprikamix*
Lounas	Porkkanaohukainen (L), Perunasose (G, L), Jäävuori- paprikamix, Puolukkahillo*
Kasvislounas	Porkkanaohukainen (L), Perunasose (G, L), Jäävuori- paprikamix, Puolukkahillo*

Perjantai 29.3.2019

Lounas	Lohikeitto (G,L), Rieska, Tuorekurkku, Hedelmä*
Kasvislounas	Juusto-papu-paprikakeitto (L,G), Rieska, Tuorekurkku, Hedelmä *

HINNAT	Lappian, Lapin Amk:n, Luovin ja Kemin Lyseon henkilöstö	Lapin Amk:n opiskelijat	Lappian aikuisopiskelijat	Muut kävijät
Keittolounas:	5,20 €	1,80 €	5,20 €	8,70 €
Lounas ja kasvislounas:	6,60 €	2,60 €	6,60 €	8,70 €

Maanantai	1.4.2019
Keittolounas	Purjo-perunasosekeitto (G, L), Kukkakaali – Cantaloupe-Tuorekurkkusalaatti
Lounas	Tahitilainen broilerikastike(L), Tumma riisi, Mustaherukkahillo, Kukkakaali – Cantaloupe-Tuorekurkkusalaatti *
Kasvislounas	Linssi-kasvishöystö (G, M), Tumma riisi, Mustaherukkahillo, Kukkakaali – Cantaloupe-Tuorekurkkusalaatti *

Tiistai	2.4.2019
Lounas	Hernekeitto (G ,L), Juurespala (porkkana), Pannukakku, Hillo
Kasvislounas	Kasvishernekeitto (G ,L), Juurespala (porkkana), Pannukakku, Hillo

Keskiviikko	3.4.2019
Keittolounas	Bataatti-kookoskeitto (G,L), Jäävuori-appelsiinisalaatti*
Lounas	Italian jauhelihapata (L), Jäävuori-appelsiinisalaatti *
Kasvislounas	Italian kasvispata (L), Jäävuori-appelsiinisalaatti *

Torstai	4.4.2019
Keittolounas	Parsakaalikeitto, (G, L) Kaali-puolukkasalaatti*
Lounas	Jauhemaksapihvi (G, L,M), Peruna (G, L), Ruskeakastike (L), Kaali-puolukkasalaatti*
Kasvislounas	Kasviskeppukka (G,L,M), Kastike (G,L) Peruna, Kaali-puolukkasalaatti

Perjantai	5.4.2019
Lounas	Seikeitto (L,G), Kaurapala (L), Tuorekurkku, Marjakiisseli (G, M, L)*
Kasvislounas	Yrttitarhan Kasviskeitto (G, M), Kaurapala (L), Tuorekurkku , Marjakiisseli (G ,M,L)*

HINNAT	Lappian, Lapin Amk:n, Luovin ja Kemin Lyseon henkilöstö	Lapin Amk:n opiskelijat	Lappian aikuisopiskelijat	Muut kävijät
Keittolounas:	5,20 €	1,80 €	5,20 €	8,70 €
Lounas ja kasvislounas:	6,60 €	2,60 €	6,60 €	8,70 €

Maanantai 8.4.2019

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

Tiistai 9.4.2019

Lounas	Värikäs kalakeitto (G, L), Hedelmäpala,(appelsiini), Sämpylä (L)
Kasvisruoka	Kesäkeitto (G, L), Hedelmäpala, (appelsiini), Sämpylä (L)

Keskiviikko 10.4.2019

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

Torstai 11.4.2019

Keittolounas	Metsäsienikeitto (G, L), Vitamiinisalaatti*
Lounas	Lihapullakastike (L), Peruna, Vitamiinisalaatti
Kasvislounas	Kasvispyörykkä (G,L), Kastike (G,L), Peruna, Vitamiinisalaatti

Perjantai 12.4.2019

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

HINNAT	Lappian, Lapin Amk:n, Luovin ja Kemin Lyseon henkilöstö	Lapin Amk:n opiskelijat	Lappian aikuisopiskelijat	Muut kävijät
Keittolounas:	5,20 €	1,80 €	5,20 €	8,70 €
Lounas ja kasvislounas:	6,60 €	2,60 €	6,60 €	8,70 €

Maanantai 15.4.2019

Keittolounas	Juustokeitto (G, L), Porkkanaraaste
Lounas	Jauhelihakastike (L), Makaroni tumma, Kahden kaalin sekoitus, Porkkanaraaste *
Kasvislounas	Soijarouhekastike (G, M), Makaroni tumma, Kahden Kaalin sekoitus, Porkkanaraaste *

Tiistai 16.4.2019

Lounas	Pinaattikeitto (L), Kananmuna, Karjalanpiirakka (L), Juurespala, (Lanttu)
Kasvislounas	Pinaattikeitto (L), Kananmuna, Karjalanpiirakka (L), Juurespala,(Lanttu)

Keskiviikko 17.4.2019

Keittolounas	Porkkanasosekeitto (L,G), Punajuuri – omenasalaatti *
Lounas	Lohilaatikko (G, L), Punajuuri–omenasalaatti*
Kasvislounas	Kasvislaatikko Punajuuri–omenasalaatti*

Torstai 18.4.2019

Keittolounas	Herkkusienikeitto (G, L), Kurkkusalaatti
Lounas	Paneroitu broilerinfilee (L), Tumma riisi (G, L,M), Currymajoneesi (G, L,M), Jäävuori-appelsiinisalaatti, Suklaavanukas (G, L)
Kasvisruoka	Bataattipihvi (G, L, M) ,Tumma riisi (G,L,M), Currymajoneesi (G,L,M), Jäävuori-appelsiinisalaatti, Suklaavanukas (G,L)

Perjantai 19.4.2019 Pitkäperjantai



HINNAT	Lappian, Lapin Amk:n, Luovin ja Kemin Lyseon henkilöstö	Lapin Amk:n opiskelijat	Lappian aikuisopiskelijat	Muut kävijät
Keittolounas:	5,20 €	1,80 €	5,20 €	8,70 €
Lounas ja kasvislounas:	6,60 €	2,60 €	6,60 €	8,70 €

Maanantai

22.4.2019 2. pääsiäispäivä



Tiistai

23.4.2019

Lounas

Jauhelihakeitto (G, L), Kauraleipä, Paprika

Kasvislounas

Soijarouhekeitto (G, L), Kauraleipä, Paprika

Keskiviikko

24.4.2019

Keittolounas

Omenainen juustokeitto (G, L), Kreikkalainen salaatti

Lounas

Kinkkukiusaus (G, L), Kreikkalainen salaatti*

Kasvislounas

Juustoinen peruna-bataattivuoka (G ,L), Kreikkalainen salaatti*

Torstai

25.4.2019

Keittolounas

Parsakeitto (G, L), Mehukas meloni-kurkkusalaatti

Lounas

Kalastajan pyörökät (L), Perunasose (L), Kermaviili- kastike (G, L), Mehukas meloni-kurkkusalaatti

Kasvislounas

Kasvispyörökkä (G, M), Perunasose (L), Kermaviilikastike (G, L), Mehukas meloni-kurkkusalaatti

Perjantai

26.4.2019

Lounas

Aurinkoinen Broilerikeitto (G, M), Ruissämpylä (L), Kurkkupölkky, Hedelmäsalaatti

Kasvisruoka

Aurinkoinen mifukeitto (G ,L), Ruissämpylä (L), Kurkkupölkky, Hedelmäsalaatti

HINNAT

**Lappian, Lapin Amk:n,
Luovin ja Kemin Lyseon
henkilöstö**

**Lapin Amk:n
opiskelijat**

**Lappian
aikuisopiskelijat**

Muut kävijät

Keittolounas:

5,20 €

1,80 €

5,20 €

8,70 €

Lounas ja kasvislounas:

6,60 €

2,60 €

6,60 €

8,70 €