

















Pvm	Aamuateria	Lounas	Keittolounas	Kasvislounas	Jälkiruoka
ma 19.9.	Vehnähiutalepuuro (L)	Appelsiinikukko (G,L) Täysjyväriisi 	Hernekeitto (M) 	Tofua maapähkinäkastikkeessa (G,M,V) Täysjyväriisi 	Marjakiisseli (G,M)
ti 20.9.	Ruishiutalepuuro (M) luomu	Kalakepukka (G,M) Perunasose (G,L)	Broileri-juureskeitto (G,M) 	Vebebkiusaus (G, L) 	Mustikkakiisseli (G,M)
ke 21.9.	Riisipuuro (G,L)	Jauhelihakastike, italialainen (G,M) Täysjyväpasta 	Kukkakaalisosekeitto (G,L) Leipäkrutongit	Italian kasviskastike (G,M,V) Täysjyväpasta 	Persikkakiisseli (G,M)
to 22.9.	Neljänviljanpuuro (M)	Stroganoff (G,L) 	Lohikeitto (G,L) 	Kasviskorma (G,M,V) 	Hedelmäsalatti (G,M)
pe 23.9.	Mannapuuro (L)	Broilerikastike (G,L) Täysjyväriisi 	Jauhelihakeitto (G,M) 	Chili sin carne (G,M,V) Täysjyväriisi 	Mansikkarahka (G,L)
la 24.9		Lohikiusaus (G,L) 	Engelsmannin broileri- pekonikeitto (G,M) 	Härkäpapukastike (M,V) 	Puolukkakiisseli (G,M)
su 25.9.		Lihapullat (G,M) Ruskeakastike (G,L)	Riisipuuro (G,L)	Juures-voipapupyörykkä (G,M,V) 	Mangorahka (G,L)

G = Gluteeniton VL = Vähälaktoosinen L = Laktoositon M = Maidoton V= Vegaaninen  = suositeltava opiskelija-ateria 238 (muutokset mahdollisia)

Ateria sisältää salaatin, leivän, levitteen, ruokajuoman sekä kahvin/teen paikalla nautittuna tai mukaan otettuna.

Arkisin lounaalla on tarjolla Kotkassa myös salaattilounas