



MENUMAT



SUOMALAISTA  
PALVELUA

## Isojen vuokien kiertävä lista (6 viikkoa) alkaen 29.3.2021



### Vuokien tilaaminen listalta

Tilaus tulee tehdä aina sen viikon (vko numero) kohdalta,  
jolloin aterioiden toimitus teille tapahtuu.

**MenuMAT Oy**  
Tikkurilantie 140 B  
01530 Vantaa

puh. 020 796 1550  
[asiakaspalvelu@menumat.fi](mailto:asiakaspalvelu@menumat.fi)  
[www.menumat.fi](http://www.menumat.fi)

asiakaspalvelu avoinna  
arkisin klo 8.00 – 16.00  
[f @MenuMATOy](https://www.facebook.com/MenuMATOy)



Pakkaukset ovat pääosin viidelle henkilölle, kuudelle tarkoitettut pakkaukset on merkitty (6). Viikkokohtaiset ruoat toimitetaan yhdellä kerralla.

**Lisuke** (tilattavissa jokaiselle viikolle): Perunamuusi L,G (500g)

### **VKO 1 (kalenteriviikot 16, 22, 28, 34, 40, 46, 52)**

Nakkistroganoff, perunamuusi, kasvissekoitusta L,G,P (6)  
Kasvissekoitus L,G,P (6)  
Broileria Satay kastikkeella, riisi, kasvisuikaleita L,M  
Kylmäsavulohipasta, porkkana-kasvissekoitusta L,P (6)  
Lihapullat, perunamuusi, kermakastike, porkkanaa L,G,P  
Kukkakaalisosekeitto L,G,P (6)  
Hernekeitto L,G,M,P (6)  
Jauhelihiäpövit tomaattikastikkeella, perunamuusi, parsakaalia L,G,P  
Tex-Mex kinkkupasta L,P  
Kasvispihvi, perunamuusia L,G,P (6)  
Lihakeitto L,G,M (6)  
Tempurabroileria, valkosipuliperunat, porkkanaa L  
Possunniskaa kermakastikkeessa, perunamuusi, kasvissekoitusta L,G  
Liha-perunasevuoka L,G,P (6)

### **VKO 2 (kalenteriviikot 17, 23, 29, 35, 41, 47)**

Makkarakastike, perunamuusi, porkkanaa L,G,P (6)  
Kermainen tomaattikeitto L,G,P (6)  
Unkarilainen broileripata, riisi, paprikaa L,G,P  
Janssoninkiusaus L,G,P (6)  
Jauhelihiäpövit, perunamuusi, porkkanaa L,P  
Pinaatti-kukkakaalirisotto L,G,P  
Nakkikeitto L,G,M,P (6)  
Jauhelihiäpövit L  
Lammaskaali G,M,P  
Kaurasuurimo-omenauunipuuro L,P (6)  
Jauhelihiäpövit L,G,M,P (6)  
Kaalilaatikko L,G,M (6)  
Lohileike, tomaatti-tillimuusi, vihannessekoitusta L,P  
Lihamakaronilaatikko L (6)

(L = laktoositon, VL = vähälaktoosinen, G = gluteeniton, M = maidoton, P = pehmeä)



### **VKO 3 (kalenteriviikot 18, 24, 30, 36, 42, 48)**

Uunimakkara, skånenperuna, parsakaalia L,G,P  
Porkkana-kukkakaalisosekeitto L,G,P (6)  
Broileripihvi, juuresmuusi, currykastike, porkkanaa L,G,P  
Kalastajan lohi-kasvismureke, tillikastike, perunamuusia L,G,P  
Veriletut pekoni-kermakastikkeella, persiljamuusi, papua L  
Purjo-perunasosekeitto L,G,P (6)  
Makkara-perunasosegratiini L,G,P (6)  
Jauhelihipihvit, perunamuusi, kermakastike, kukkakaalia L,G,P  
Pasta bolognese L,M  
Punajuuri-sinihomejuustolaatikko, papua L,G,P (6)  
Siskonmakkarakeitto L,G,M,P (6)  
Lihapullat, perunamuusi, kermakastike, porkkanaa L,G,P  
Kalkkuna cordon bleu, perunamuusi, vihanneskeoitusta L  
Jauheliha-perunagratiini L,G,P (6)

### **VKO 4 (kalenteriviikot 13, 19, 25, 31, 37, 43, 49)**

Makkarapihvi sinappikastikkeella, perunamuusi, porkkanaa L,G,P  
Kesäkeitto L,G,P (6)  
Pasta carbonara, kasvissuikaleita L,P  
Mausteinen nakki-perunasosevuoka L,G,P (6)  
Lihamureke, perunasose, purjo-sipulikastike, papua L,G,P  
Kinkkukiusaus L,G,P (6)  
Hernekeitto L,G,M,P (6)  
Maksalaatikko L,G,P (6)  
Kana-red curry wokki L  
Uuniohrapuuro L,P (6)  
Kermanen kalakeitto L,G,P (6)  
Lindströmin pihvi, muusi, sinappikastike, vihanneskeoitusta L,G,P  
Porsaanleike Hawaiji, perunamuusi, hennettä L  
Riista-juustokeitto L,G,P (6)

(L = laktoositon, VL = vähälaktoosinen, G = gluteeniton, M = maidoton, P = pehmeä)



## **VKO 5 (kalenteriviikot 14, 20, 26, 32, 38, 44, 50)**

Makkara-makaronipata, vihanneskeoitusta L,P  
Metsäsienikeitto L,G,P (6)  
Curry-kookoskanaa, riisi, porkkanaa L,G (6)  
Spelttiuunipuuro L,P (6)  
Jauhelihaarisotto L,G,P  
Porkkanasosekeitto L,G,P (6)  
Kampelafilee, tuoreyrttikastike, perunamuusi, kasviskeoitusta L  
Liha-makaronilaatikko L (6)  
Broileria Teriyaki kastikkeella, riisiä L,M  
Frikadellit, sinappikastike, peruna, parsakaalia L,G,P  
Broileririsotto L,G,M  
Lohi-kasviskiusaus L,G,P  
Sveitsiläinen mureke, sinappikastike, perunamuusi, vihanneskeoitusta L,G,P  
Pinaattiletut, munakastike, perunamuusi, hunajapaahdettuja porkkanoita L,P

## **VKO 6 (kalenteriviikot 15, 21, 27, 33, 39, 45, 51)**

Grillimakkara, perunamuusi, sinappikastiketta L,G  
Maa-artistokakeitto L,G,P  
Paneroitu broileripihvi, currykastike, paistettu peruna, kasviskeoitusta L  
Kylmäsavulohi-perunalaatikko, kasviskeoitusta L,G,P (6)  
Jauhemaksapihvit, paistettu sipuli, perunamuusi, puolukkaa ja porkkanaa L,G,P  
Kesäkeitto L,G,P (6)  
Makkaragulassi, perunamuusi, hunajapaahdettuja porkkanoita L,G  
Porkkanapyöryköitä tomaattikastikkeella, viipaleperuna, kasvissuikaleita L,G  
Lihamureke, perunasose, purjo-sipulikastike, papua L,G,P  
Kinkku-makaronilaatikko L,P (6)  
Mango-curry broilerpasta L,P  
Thaimaan kasviswokki L,M  
Porsaanlihakastike, perunasose, punajuurta L  
Jauheliha-perunavuoka L,G,P (6)

(L = laktoositon, VL = vähälaktoosinen, G = gluteeniton, M = maidoton, P = pehmeä)