



MENUMAT



## Isojen vuokien kiertävä lista (6 viikkoa) alkaen 6.6.2022



### 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 2kg:n vuokia  
Viikkokohtaiset ruoat toimitetaan yhdellä kerralla.

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

### **VKO 1 (kalenteriviikot 24,30,36,42,48)**

Nakkistroganoff, perunamuusi, kasvissekoitusta L,G,P  
Kasvissekoitus L,G,P  
Broileria Satay kastikkeella, riisi, kasvisuikaleita L,M  
Lohileike, pinaattikastike, piparjuuri-perunamuusi, juureskuutioita L,P  
Lihapullat, kermakastike, perunamuusi, porkkanaa L,G,P  
Kukkakaalisosekeitto L,G,P  
Hernekeitto L,G,M,P  
Jauhelihapihvit tomaattikastikkeella, perunamuusi, parsakaalia L,G,P  
Sianlihakastike, perunamuusi, kasvissekoitusta L,G  
Kasvispihvi, perunamuusia L,G,P  
Lihakeitto L,G,M  
Broilerlasagnette kasviksilla L,P  
Possunniskaa kermakastikkeessa, perunamuusi, kasvissekoitusta L,G  
Liha-perunasevuoka L,G,P

### **VKO 2 (kalenteriviikot 25,31,37,43,49)**

Makkarakastike, perunamuusi, porkkanaa L,G,P  
Kermainen tomaattikeitto L,G,P  
Broileria herkkusienikastikkeella, valkosipuliperunat, kukkakaalia L,G  
Janssoninkiusaus L,G,P  
Jauhelihakastike, perunamuusi, porkkanaa L,P  
Pinaatti-kukkakaalirisotto L,G,P  
Nakkikeitto L,G,M,P  
Jauhelihawokki L  
Broilerohratto L,M,P  
Kurasuurimo-omenauunipuuro L,P  
Jauhelihakeitto L,G,M,P  
Kaalilaatikko L,G,M  
Lohileike ruohosipulikastikkeella L,P  
Lihamakaronilaatikko L

(L = Laktoositon, VL = Vähälaktoosinen, G = Gluteeniton, M = Maidoton, P = Pehmeä)



### **VKO 3 (kalenteriviikot 26,32,38,44,50)**

Uunimakkara, skånenperuna, parsakaalia L,G,P  
Porkkana-kukkakaalisosekeitto L,G,P  
Broileripihvi, currykastike, juuresmuusi, porkkanaa L,G,P  
Kalastajan lohi-kasvismureke, tillikastike, perunamuusia L,G,P  
Veriletut pekoni-kermakastikkeella, persiljamuusi, papua L  
Purjo-perunasosekeitto L,G,P  
Hernekeitto L,G,M,P  
Jauhelihipihvit kermakastikkeella, perunamuusi, kukkakaalia L,G,P  
Pasta bolognese L,M  
Mehevää nyhtöpossua, maustekastike, persiljaperunamuusi, juureskuutioita L  
Siskonmakkarakeitto L,G,M,P  
Lihapullat, kermakastike, perunamuusi, porkkanaa L,G,P  
Kalkkuna cordon bleu, perunamuusi, vihannessekoitusta L  
Jauheliha-perunagratiini L,G,P

### **VKO 4 (kalenteriviikot 27,33,39,45,51)**

Makkarapihvi sinappikastikkeella, perunamuusi, porkkanaa L,G,P  
Pinaattikeitto L,G,P  
Pasta carbonara, kasvissuikaleita L,P  
Mausteinen nakki-perunasosevuoka L,G,P  
Lihamureke, herkkusienikastike, persiljaperuna, papuja L,G,P  
Kinkkukiusaus palvikinkusta, porkkanaa L,G,P  
Makkara-perunasosegratiini L,G,P  
Maksalaatikko L,G,P  
Kirjolahipihvi katkarapukastikkeella L,P  
Uuniohrapuuro L,P  
Kermainen kalakeitto L,G,P  
Lindströmin pihvi, sinappikastike, muusi, vihannessekoitusta L,G,P  
Broileria Thaikastikkeessa L,P  
Juustoinen porkkana-inkiväärikeitto L,G,P

(L = Laktoositon, VL = Vähälaktoosinen, G = Gluteeniton, M = Maidoton, P = Pehmeä)



## **VKO 5 (kalenteriviikot 28,34,40,46,52)**

Siskonmakkarapata, paistinperunat, juureksia L,G  
Metsäsienikeitto L,G,P  
Curry-kookoskanaa, riisi, porkkanaa L,G  
Spelttiuunipuuro L,P  
Jauheliharisotto L,G,P  
Kampelafilee, tuoreyrttikastike, perunamuusi, kasvissekoitusta L  
Hernekeitto L,G,M,P  
Liha-makaronilaatikko L  
Broileria Teriyaki kastikkeella, riisiä L,M  
Frikadellit, sinappikastike, peruna, parsakaalia L,G,P  
Kalkkunaviillokki, riisi, porkkanoita L,G,M,P  
Lasagne bolognese VL,P  
Sveitsiläinen mureke, sinappikastike, perunamuusi, vihannessekoitusta L,G,P  
Kasvisohratto L,M,P

## **VKO 6 (kalenteriviikot 29,35,41,47)**

Grillimakkara, sinappikastike, perunamuusia L,G  
Bataatti-perunasosekeitto L,G,P  
Paneroitu broileripihvi, currykastike, paistettu peruna, kasvissekoitusta L  
Kylmäsavulohi-perunalaatikko, kasvissekoitusta L,G,P  
Jauhemaksapihvit, paistettu sipuli, perunamuusi, puolukkaa ja porkkanaa L,G,P  
Porkkanasosekeitto L,G,P  
Makkaragulassi, perunamuusi, hunajapaahdettuja porkkanoita L,G  
Juusto-pinaattilasagnette VL,P  
Lihamureke, herkkusienikastike, persiljaperuna, papuja L,G,P  
Kinkku-makaronilaatikko L,P (6)  
Kanaa, mausteinen kastike, riisi, kukkakaali-parsakaalisekoitusta L,G  
Metsäsienikiusaus, porkkanaa L,G,P  
Mureaa porsaanlihaa, herkkusienikastike, punajuuri-perunalaatikko, papua L,G  
Jauheliha-perunavuoka L,G,P

(L = Laktoositon, VL = Vähälaktoosinen, G = Gluteeniton, M = Maidoton, P = Pehmeä)