

**PUISTORUOKAILUN RUOKALISTA, KESÄ  
2026**

*Ruoanjako klo 11.30-12.00*

Viikot

**23, 26,29,32**

**VIIKONPÄIVÄ**

**Maanantai**

**Tiistai**

**Keskiviikko**

**Torstai**

**Perjantai**

**24,27,30**

**VIIKONPÄIVÄ**

**Maanantai**

**Tiistai**

**Keskiviikko**

**Torstai**

**Perjantai**

**25,28,31**

**VIIKONPÄIVÄ**

**Maanantai**

**Tiistai**

**Keskiviikko**

**Torstai**

**Perjantai**

**Viikolla 25 ei ruokailua juhannusaaton  
vuoksi.**

**L= laktoositon**

**M= maidoton**

**G= gluteeniton**

**K= kananmunaton**

**V= vegaani**



**LOUNAS**

Broilerikiusaus L,M,K,G

Nakkikeitto L,M,K,G

Kasvisrisotto L,G

Tonnikalapastavuoka L,K

Tomaattinen broilerikeitto  
L,M,K,G

**LOUNAS**

Kahden kalan keitto L,G,K

Kinkkukiusaus L,M,K,G

Spagettipaistos taloon  
tapaan L,K

Jauhelihakeitto L,M,K,G

Pyttipannu L,M,K,G

**LOUNAS**

Aurinkoinen broilerikeitto  
L,K,G

Lohikiusaus L,K,G

Pinaattikeitto L,K,M, G,V ja  
kananmuna

Nakki-perunasoselaatikko  
L,K,G

Lasagnette L,K

## MATLISTA PARKMAT, SOMMAREN 2026

Matutdelning klo. 11.30-12.00

Veckorna

**23,26,29,32**

**VECKODAG**

**Måndag**

**Tisdag**

**Onsdag**

**Torsdag**

**Fredag**

**24,27,30**

**VECKODAG**

**Måndag**

**Tisdag**

**Onsdag**

**Torsdag**

**Fredag**

**25,28,31**

**VECKODAG**

**Måndag**

**Tisdag**

**Onsdag**

**Torsdag**

**Fredag**

**Vecka 25 ingen parkmat p.g.a  
midsommar**

**L= laktosfri**

**M= mjölkfri**

**G= glutenfri**

**Ä= äggfri**

**V= vegan**

### **LUNCH**

Broilerfrestelse L,M,K,G

Knackkorvsoppa L,M,Ä,G

Grönsaksrisotto L,G

Tonfiskpastalåda L,Ä

Broilersoppa med  
tomatsmak L,M,Ä,G

### **LUNCH**

Två sorters fisksoppa L,Ä,G

Skinkfrestelse,L,M,G,Ä

Spagettigratäng på husetsvis  
L,Ä

Soppa på malet kött, L,  
M,G,Ä

Pyttipanna L, M,Ä, G

### **LUNCH**

Solig broilersoppa L, Ä,G

Forellfrestelse L, Ä,G

Spenatsoppa L, M,G,Ä, V och  
ägg

Knackorv-mopotatislåda  
L,Ä, G

Lasagnette L, Ä

