



## YHTEYSTIEDOT

PUHELIN:  
040 -150 5233  
ark. 10 - 14

Liikuntapuhelimeen vastaa  
liikunta- ja nuorisosihteeri  
Minna Vilppola

# RUOKAVINKIT

Ideoita viikolle 20

## LÄMPIMÄT VOILEIVÄT

---

Ruisleipä/paahtoleipäsiivuja  
Tonnikala + ananas tai  
Kinkku + meetvursti + tomaatti, kaikki  
pieneksi siivuttuna  
Juustoraastetta

Laita leivän päälle marg. ja/tai ketsuppi.  
Levitä päälliset + juusto.  
Tonnikalan voit sekoittaa halutessasi  
kermaviiliin. Mausta ja kuorruta juustolla.  
Paista 225 astetta n. 10 min.

Kurkkaa myös Kinuskikissan  
LÄMMIN VOILEIPÄKAKKU-OHJE 😊:  
<https://www.kinuskikissa.fi/lammin-voileipakakku/>

## SUKLAAPIRTELÖ

---

1 pkt vaniljajäätelö  
1-2 dl maito  
2-3 rkl kaakao (tai maun mukaan)  
riipaus sokeria tarvittaessa

Pehmitä jäätelö, vatkaa "massaksi" ja  
vatkaa maito joukkoon. Lisää kaakao ja  
sekoita. Jaa annoslaseihin / tarjoiluastioihin.