

## TARPEET:

Tarvitaan oma takahuonetila ja WC, johtuen Astridin sairaudesta ja infektoriskistä.  
Tarvittaessa, voit kysyä tästä lisää Stupidolta tai Astrid: 050-5780598

Käsidesi ja  
Mahdollisuus pestä kädet

---

## RUOKAVALIOT

Astrid – Gluteeniton kasvisruoka (lakto-ovo)

Alina – sekasyöjä

Johannes – sekasyöjä

Mikael – Kasvisruoka (lakto-ovo)

Veli – Kasvisruoka (lakto-ovo)

---

## TAKAHUONE RUOAT:

Gluteenittomat sämpylät/leivät ja päälliset  
Sämpylät/ leivät ja päälliset  
Pähkinöitä (suolattomia)  
Perunalastuja (ei maustettuja)  
NAchoja ja guacamole (oikeista avokaadoista)  
Hedelmiä (mieluiten luomu)  
Suklaa  
Ksylitolipurukumi  
gluteenittomat keksit

---

## JUOMAT:

Pullovesi (lähdevesi)  
Pullovesi (kuplavesi)  
Karpalomehu  
Tummapaahtoinen kahvi  
Laktoositon maito  
kaurajuoma (kaffi)

Kuuma vesi + teepussit  
Valkoviini ja punaviini  
Prosecco  
Olutta (Karhu)  
Yksi gluteeniton olut  
Muutama siideri (kuiva, omena)