

KOULUJEN RUOKALISTA SYSSLUKUKAUSI 2024

	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
viikot 32,40,48	porkkanaraaste LIHAPULLAKASTIKE makaroni	sämpylä, juusto AMERIKKALAINEN KANAKEITTO	vihreä salaatti PINAATTILÄTYT muusi	kaali-kurkkusalaatti JUURESTARHAN POSSUPATA, perunat	lämmin kasvis TONNIKALA- PASTAVUOKA
viikot 33,41,49	kurkku-mandariinisalaatti MEKSIKOLAINEN POSSUVUOKA riisi	rieska, juusto NAKKI- /MAKKARAKEITTO	leipä, leikkele, kurkku OHRAPUURO kiisseli	punakaalisalaatti JAUHEMAKSAPIHVIT perunat, kastike	lämmin kasvis, punajuuri LOHIKIUSAUS
viikot 34,42,50	lämmin kasvis, mustaherukkahillo KANAVIILLOKKI riisi	sämpylä, juusto JUUSTOINEN SEIKEITTO	vihreä salaatti PUNAJUURIPIHVIT muusi, kastike	pizzasalaatti(kaali) UUNIMAKKARA muusi	puolukkainen porkkanaraaste KAALILAATIKKO
viikot 35,43	punajuuri-omena- raejuustosalaatti KALAKASTIKE perunat	grahamlihapirakka KASVISKEITTO	leipä, leikkele, paprika MANNAPUURO kiisseli	vihreä salaatti KANANUGETIT riisi	porkkanaraaste MAKARONILAATIKKO
viikot 36,44	lämmin kasvis MAKKARAKASTIKE pasta	sämpylä, juusto LIHAKEITTO	sitrus-vihersalaatti BATAATTIPIHVIT perunat, kermaviilikastike	punajuuri-omena- raejuustosalaatti KALARULLAT perunat, kastike	appelsiini-porkkanaraaste PALERMON PASTA
viikot 37,45	kaali-ananasraaste JUUSTOINEN KANAKASTIKE riisi	ruisleipä, juusto HERNEKEITTO	leipä, leikkele, porkkana VEHNÄPUURO kiisseli	punajuuri-omena- raejuustosalaatti KUORRUTETTU KALA perunat, kastike	lämmin kasvis KINKKUKIUSAUS
viikot 38,46	porkkanaraaste PYTTIPANNU	sämpylä, juusto KIRJOLOHIKEITTO	vesimeloni-vihersalaatti KASVISPIHVIT perunat, kastike	vihreä salaatti BROILERIPYÖRYKÄT perunat	lämmin kasvis JAUHELIHAPERUNA- SOSELAATIKKO
viikot 39,47	lämmin kasvis BUTTER CHICKEN riisi	rieska, juusto LÄHIRUOKA	leipä, leikkele, tomaatti RIISIPUURO kiisseli	vihreä salaatti, punajuuri LOHIPYÖRYKÄT peruna, kastike	persikka-porkkanaraaste KEBABKIUSAUS

Joka aterialla näkkileipä, levite ja ruokajuoma
muutokset mahdollisia
HYVÄÄ RUOKAHALUA!