

Ruokalista

Ruokalistarunko koulut ja päiväkodit 2019 – 2020. Muutokset mahdollisia. Seuraa ajankohtaista ruokalistamme sähköisestä Menu palvelusta



Vko	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
31 / 37 43 / 49 3 / 9 15 / 21	Jauhelihakastike/ Nakkikastike perunat, salaatti	Makaronilaatikko salaatti, lämmin kasvis	Kalamurekepihvi/ -pyörykkä perunat, kastike, salaatti	Riisipuuro mehukeitto tuorepala, tuoreleipä PK:t Riistakiusaus salaatti	Hernekeitto tuorepala, tuoreleipä
32 / 38 44 / 50 4 / 10 16 / 22	Lihapullakastike perunat/ Jauhelihipihvit perunasose salaatti	Broilerpastavuoka/ Broiler-perunakiusaus salaatti	Liha-juurespata ohralisäke, salaatti	Pinaattiohukaiset/ Porkkanapyörykät perunat, kastike, salaatti	Kalakeitto tuorepala, tuoreleipä
33 / 39 45 / 51 5 / 11 17 / 23	Uunimakkara perunasose, salaatti	Broilerkastike riisilisäke	Lohikiusaus salaatti	Jauhelihakeitto tuorepala, tuoreleipä	Mannapuuro , marjat PK:t Metsäsienikiusaus tuorepala, tuoreleipä
34 / 40 46 / 52 6 / 12 18 / 24	Lihakeitto tuorepala, tuoreleipä	Kinkkukiusaus/ yläkoulut Kebabkiusaus salaatti, lämminkasvis	Bolognesekastike spagetti, salaatti	Tonnikalapasta salaatti	Kasvisseikeitto/ Bataatti-kookoskeitto raejuusto, tuorepala tuoreleipä
35 / 41 47 / 1 7 / 13 19 / 25	Jauheliha- perunasoselaatikko/ Kesäpäivänkiusaus salaatti	Broilerkeitto tuorepala, tuoreleipä	Maksalaatikko/ Mustamakkara perunasose, salaatti	Kermainen seikastike perunat, salaatti	Ohrapuuro marjakiisseli PK:t Siskonmakkara keitto tuorepala, tuoreleipä
36 / 42 48 / 2 8 / 14 20 / 25	Lasagnette salaatti, lämmin kasvis	Makkara-/ Nakkikeitto tuorepala, tuoreleipä	Possukastike perunat, salaatti	Kalapuikot perunasose, kastike, salaatti	Talon ruoka/ Paella salaatti, tuoreleipä

Ateriaan kuuluu myös maito/piimä, näkkileipä ja ravintorasva sekä salaatin kastike, kun tarjolla on salaattia. Kouluissa tarjotaan lämminkasvis haarukkaruokien kanssa sekä salaatit komponentteina.