Ruokalista

Ruokalistarunko koulut ja päiväkodit 2022. Muutokset mahdollisia. Seuraa ajankohtaista ruokalistamme sähköisestä Menu palvelusta

Vko	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
30 / 36	**Jauhelihakastike/ Nakkikastike** perunat, salaatti	**Makaronilaatikko** lämmin kasvis, salaatti	**Kalamureke/ -pyörykkä** perunat, kastike, salaatti	**Mannapuuro** marjat tuorepala, tuoreleipä PK:t **Riistakiusaus** salaatti	**Hernekeitto** tuorepala, tuoreleipä
31 / 37	**Lihapullakastike/ Jauhelihapihvit** perunat/perunasose, salaatti	**Broilerpastavuoka/ Broilernuudeli** lämmin kasvis, salaatti	**Chili con carne** ohralisäke, salaatti	**Pinaattiohukaiset/ Kasvisnapit** perunasose, kastike, salaatti	**Kalakeitto** tuorepala, tuoreleipä
32 / 38	**Uunimakkara** perunasose, salaatti	**Broilerkastike** ohralisäke/perunat lämmin kasvis, salaatti	**Jauhelihakeitto** tuorepala, tuoreleipä	**Lohikiusaus** lämmin kasvis, salaatti	**Lasagne/ kesäpäivänkiusaus** salaatti
33 / 39	**Lihakeitto** tuorepala, tuoreleipä	**Kinkkukiusaus** lämminkasvis, salaatti	**Tofu curry/ Bolognesekastike** spagetti, salaatti	**Juuressosekeitto** raejuusto, tuorepala riisipiirakka	**Tonnikalapasta** salaatti
34 / 40	**Jauheliha-perunasoselaatikko/ Jauheliha-perunaviipalevuoka** salaatti	**Maksalaatikko/ Mustamakkara** perunasose, lämmin kasvis, salaatti	**Broilerkeitto** tuorepala, tuoreleipä	**Kalapuikot** perunasose, kastike, salaatti	**Ohrapuuro** marjakiisseli PK:t **Siskonmakkarakeitto** tuorepala, tuoreleipä
35 / 41	**Lasagnette** lämmin kasvis, salaatti	**Kasvipyörykät** Yläkoulut: **Mexicanpihvit** perunasose, salaatti	**Possukastike** perunat, lämmin kasvis, salaatti	**Makkara-/ Nakkikeitto** tuorepala, tuoreleipä	**Kalakastike** perunat, salaatti

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

Kangasala