

Koulun ruokalista

14.9.-25.10.2020

	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
1. Kasvis vko 38	Kalkkunakastike, ohrahelmi herne-maissi-paprika amerikansalaatti, persikka, maissi Mifu-kasviskastike	Kirjolohipyörkät, perunat, dippikastike salaattisekoitus-paprika raejuusto Kasvispyörkät	Jauhelihalasagne, parsakaali amerikansalaatti-kurkku ananas Kasvislasagnette	Pinaattikeitto,kananmuna lehtisalaatti, kurkku riisipiirakka	Karjalanpaisti,perunat, pikkuporkkanat kiinankaali-ananas-salaatti tomaatti Kookos-kasvispata
2. Kasvis vko 39	Makkarakeitto, juusto sämpylä tomaatti, lehtisalaatti Kasviskeitto	Juustoinen uunikala, perunat herne, punajuuri-omenaraaste amerikansalaatti, tomaatti Mexicanapihvit	Curry- kanakastike, riisi-monivilja amerikansalaatti- kurkku-retiisi Papu- kasviskastike	Kebabkiusaus herne-maissi-paprika salaattisekoitus, tomaatti, pikkelsi Juustoinen kasviskiusaus	Ohraryynipuuro, leikkele mansikkakiisseli, kurkku ruispalat Kookos-bataattikeitto
3. Kasvis vko 40	Lohikastike,perunat, salaattisekoitus-paprika mandariini Kasvis-tikkamasala	Lihamakaronilaatikko, herne punakaali-persikkasalaatti jäävuorisalaatti,tomaatti Kasvis-pastavuoka	Luomu pinaattiletut, peruna- muusi, porkkanaraaste puolukkahillo, kurkku	Broilerikiusaus, parsakaali keräkaali-rusina kurkku,ananas Texmex kasviskiusaus	Mannapuuro,appelsiini kiisseli tomaatti, lihakukkonen Värikäs linssekeitto
4. Kasvis .vko 41	Nakkikastike, perunat kiinankaali-kurkku-herne Mifusuikalekastike	Broileri-riisivuoka, papu, kaali-vihannessekoitus mustaherukkahillo kurkkuviipaleet Kasvis-riisivuoka	Kahdenkalan kalakeitto paprikaa, rieskaa kotimainen marjasekoitus ja vaniljakastike Itämainen kasvisnuudeliteitto	Italianpata, maissi porkkanaraaste tomaatti, kurpisasalaatti Linssi-pastapata	Kasviskroketit, dippikastike perunamuusi amerikansalaatti, paprika, juustokuutio
5. Kasvis vko 42.	Jauhelihakastike, perunat jäävuorisalaatti, paprikaa kurkku Kasviskastike	Kinkkukiusaus sekavihannes aurinkosalaatti, tomaatti salaattisekoitus Juureskiusaus	Hernekeitto, tomaatti ruisleipä Letut ja hillo Kasvishernekeitto	Uunikala sitruunakastikkeella, perunat, porkkanaraaste,punajuuri- viipaleet, kurkku Kasvis-nuudeli vuoka	Broilerinugetit, dippikastike perunamuusi, tomaatti, amerikansalaatti mustaherukkahillo Kasvisnugetit
6. Kasvis vko 43	Syysloma 19.10.-25.10.2020				
<p>Joka aterialla tarjolla leipää, levite ja juoma.</p> <p>Ruokalistaan voi tulla muutoksia tuotannolisista syistä tai raaka-aineiden toimitushäiriöistä. Tarjoilijalta saa lisätietoja tuotteista sekä allergeeneistä.</p>					