

			<u>Koulun ruokalista</u>		
	<b>16.8.2021-26.9.2021</b>				
	<b>Maanantai</b>	<b>Tiistai</b>	<b>Keskiviikko</b>	<b>Torstai</b>	<b>Perjantai</b>
1.	Broilerikastike, ohrahelmi herne-maissi-paprika amerikansalaatti, persikka, kurkku	Kirjolohipyörykät, perunat, dippikastike salaattisekoitus,paprika raejuusto	Kasvissosekeitto,kanan-muna,lehtisalaatti, kurkku riisipiirakka, hedelmää	Jauhelihalasagne, parsa amerikansalaatti,maissi appelsiini	Karjalanpaisti,perunat, uuniporkkanat kiinankaali,ananas,salaatti tomaatti
vko 33	Mifu-kasviskastike	Kasvispyörykät		Kasvislasagnette	Kookos-kasvispata
2.	Jauhelinakeitto, juusto, sämpylä, tomaatti, lehtisalaatti	Curry- kanakastike, riisi-monivilja amerikansalaatti-kurkku,retiisi	Mantelikalala, perunat porkkanat, punajuuri-omenaraaste amerikansalaatti, tomaatti	Kebabkiusaus herne-maissi-paprika salaattisekoitus, tomaatti, pikkelssi	Ohraryynipuuro, leikkele ruispalat
vko 34	Mifu-kasvisminestronekeitto	Papu- kasviskastike	Mexicanapihvit	Juustoinen kasviskiusaus	Kookos-bataattikeitto
3.	Nakkikastike, perunat, pikku porkkanat, kiinankaali, kurkku, kurpitsapikkelsi	Broilerinugetit, dippikastike perunamuusi, tomaatti, amerikansalaatti paprika	Luomu pinaattiletut, perunat kananmunakastike puolukkahillo, kurkku porkkanaraaste	Tonnikalapasta, parsakaali keräkaali-rusinaraaste kurkku,ananas	Mannapuuro,appelsiini-kissel, tomaatti lihakukkonen
vko 35	Chili sin carne	Kasvisnugetit		Kaalilaatikko	Värikäs linssikeitto
4.	Jauheliha-kastike, pasta, papu, jäävuorisalaatti, paprika, kurkku	Kalapuikot, kastike, perunamuusi, jäävuorisalaatti, persikka,kurkku	Broileripata, riisi, maissi porkkanaraaste tomaatti, kurpisasalaatti	Lihamakaronilaatikko, herne punakaali-persikkasalaatti jäävuorisalaatti,tomaatti	Riisipuuro, sekamarja-kiisseli, ruisleipää, leikkele, tuorekurkku
vko 36	Kasvis-kookosquarpata	Kasvispihvit	Linssi-pastapata	Kasvismakaronilaatikko	Porkkana-perunasosekeitto
5.	Lohikastike, kierre pasta salaattisekoitus,paprika mandariini	Lihapullat, peruna, kastike punakaali-melonisalaatti amerikansalaatti, kurkku	Hernekeitto, tomaatti, lehtisalaatti, ruisleipä Letut ja hillo	Broileri-riisivuoka papu, kaali-vihannessalaatti mustaherukkahillo	Kasviskroketit, dippikastike perunamuusi amerikansalaatti, paprika, juustokuutio
vko 37	Kasvis-tikkamasala	Punajuurirösti	Pinaattikeitto, kananmuna		
6.	Lempeä kanakeitto, tomaatti, maustekurkku riisipiirakka kausi hedelmää	Kasvibolonese,pasta jäävuorisalaatti persikka, kurkku	Uunimakkara, perunamuusi kiinankaali,appelsiinipala, tomaatti,perunasalaatti	Kinkkupastavuoka sekavihannes aurinkosalaatti, tomaatti salaattisekoitus	Uunikala sitruunakala, perunat, porkkanaraaste,punajuuri-viipaleet, kurkku
vko 38	Kasviskeitto		Vegaani prinssinakki	Kasvis-nuudeli vuoka	Mifu-kasvisgratiini

Joka aterialla tarjolla leipää, leivite ja juoma.

Ruokalistaan voi tulla muutoksia tuotannollisista syistä tai raaka-aineiden toimitushäiriöistä. Tarjoilijalta saa lisätietoja tuotteista sekä allergeeneistä.

