

ÄHTÄRIN KAUPUNGIN RUOKALISTA, KOULUT JA PÄIVÄKODIT
SYKSY 2023

Viikko	Viikot	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
1	32, 38, 44, 50 	HÄRKÄWOKKI RIISI-MONIVILJASEOS Salaatti	KALAPIHVI/-PYÖRYKKÄ PERUNASOSE Salaatti	JAUHELIHAKASTIKE/ NAKKIKASTIKE PERUNAT Kreikkalainen salaatti	BROILER- NUUDELIVUOKA Salaatti	HERNEKEITTO Pehmeä leipä Juusto Tuorepala
2	33, 39, 45, 51 	KANA- PEKONIUNIPASTA/ BROILER-RIISIPAISTOS Salaatti	KASVISPIHVI PERUNAT Kermaviilikastike Salaatti	KOULUN OMA Salaatti	TEX-MEX-VUOKA Salaatti	KALAKEITTO/ LOHIKEITTO Ruisleipä Tuorepala
3	34, 40, 46 	PALAPAISTI/POSSUPATA, PERUNAT Lämmin kasvis Salaatti	PINAATTIOHUKAISET RUOKAISA SALAATTI Tuoresose Kananmuna	LIHAPYÖRYKÄT/ PIHVIT/JAUHELIHAPUIKKO PERUNAT Ruskea kastike Salaatti	LOHIKIUSAUS Raejuusto Salaatti Pehmeä leipä	JAUHELIHAKAITTO/ HALAKOPERUNAT Pehmeä leipä Tuorepala
4	35, 41, 47 	LASAGNETTE Salaatti	KALAPIHVI/KALAPUIKKO PERUNAT/PERUNASOSE Salaatti	MANNAPUURO/RIISIPUURO MARJASOSE Grahamlihapiiirakka Tuorepala	KASVISPYÖRYKÄT PERUNAT Lämmin kastike Salaatti	NAKKIKEITTO Ruisleipä Tuorepala/kiisseli
5	36, 48 	MAKARONILAATIKKO Salaatti, ketsuppi	UUNIMAKKARA PERUNASOSE Salaatti	BROILERKASTIKE OHRA Salaatti Mustaherukkahillo	LIMEKALA PERUNAT Salaatti	KASVISSOSEKEITTO/ PINAATTIKEITTO Karjalanpiirakka, munavoi Hedelmä
6	37, 43, 49 	BOLOGNALAINEN JAUHELIHAKASTIKE PASTA Salaatti	UUNILOHI PERUNASOSE Sitruunakastike Salaatti	ÄHTÄRIN PUURO PUOLUKKAKEITTO Pehmeä leipä Juusto	KINKKUKIUSAUS Salaatti Puolukkasurvos	BROILERKEITTO/LEMPEÄ BROILERKEITTO Pehmeä leipä Tuorepala

Lisäksi tarjolla rasvatonta maitoa/piimää, näkkileipää ja ravintorasvaa.

MUUTOKSET MAHDOLLISIA!