

ÄHTÄRIN KAUPUNGIN RUOKALISTA, KOULUT JA PÄIVÄKODIT

KEVÄT 2023

Viikko	Koulupäivät	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
1	23.-27.1.2023 6.-10.3.2023 17.-21.4.2023	HÄRKÄWOKKI RIISI-MONIVILJASEOS  Salaatti	KALAPIHVI/-PYÖRYKKÄ PERUNASOSE  Salaatti	JAUHELIHAKASTIKE/ NAKKIKASTIKE PERUNAT  Kreikkalainen salaatti	BROILER- NUUDELIVUOKA  Salaatti	HERNEKEITTO  Pehmeä leipä Juusto Tuorepala
2	30.1.-3.2.2023 13.-17.3.2023 24.-28.4.2023 29.5.-2.6.2023	BROILERPASTAVUOKA/ BROILER-RIISIPAISTOS  Salaatti	KASVISPIHVI PERUNAT  Kermaviilikastike Salaatti	KOULUN OMA  Salaatti	TEX-MEX-VUOKA  Salaatti	KALAKEITTO/ LOHIKEITTO  Ruisleipä Tuorepala
3	6.-10.2.2023 20.-24.3.2023 1.-5.5.2023	PALAPAISTI/POSSUPATA, PERUNAT  Lämmin kasvis Salaatti	PINAATTIOHUKAISET RUOKAISA SALAATTI  Tuoresose Kananmuna	LIHAPYÖRYKÄT/ PIHVIT/JAUHELIHAPUIKKO PERUNAT  Ruskea kastike Salaatti	LOHIKUSAUS  Raejuusto Salaatti Pehmeä leipä	JAUHELIHAKAITTO/ HALAKOPERUNAT  Pehmeä leipä Tuorepala
4	13.-17.2.2023 27.-31.3.2023 8.-12.5.2023	LASAGNETTE  Salaatti	KALAPIHVI/KALAPUIKKO PERUNAT/PERUNASOSE  Salaatti	MANNAPUURO/RIISIPUURO MARJASOSE  Grahamlihapirakka Tuorepala	KASVISPYÖRYKÄT PERUNAT  Lämmin kastike Salaatti	NAKKIKEITTO  Ruisleipä Tuorepala/kiisseli
5	20.-24.2.2023 3.-7.4.2023 15.-19.5.2023	MAKARONILAATIKKO  Salaatti, ketsuppi	UUNIMAKKARA PERUNASOSE  Salaatti	BROILERKASTIKE OHRA  Salaatti Mustaherukkahillo	LIMEKALA PERUNAT  Salaatti	KASVISSOSEKEITTO/ PINAATTIKEITTO  Karjalanpiirakka, munavoi Hedelmä
6	16.-20.1.2023 10.-14.4.2023 22.-26.5.2023	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!