

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!