

ÄHTÄRIN KAUPUNGIN RUOKALISTA, KOULUT JA PÄIVÄKODIT

KEVÄT 2022

Viikko	Koulupäivät	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
1	24.-28.1.2022 7.-11.3.2022 19.-22.4.2022 30.5.-4.6.2022	HÄRKÄWOKKI RIISI-MONIVILJASEOS Salaatti	APPELSIINI- SITRUUNAKALA/ MANTELIKALA PERUNASOSE Salaatti	JAUHELIHAKASTIKE/ NAKKIKASTIKE PERUNAT Kreikkalainen salaatti	BROILER- NUUDELIVUOKA Salaatti	HERNEKEITTO Pehmeä leipä Juusto Tuorepala
2	31.1.-4.2.2022 14.-18.3.2022 25.-29.4.2022	BROILERPASTAVUOKA/ BROILER-RIISIPAISTOS Salaatti	KASVISPIHVI PERUNAT Kermaviilikastike Salaatti	KOULUN OMA Salaatti	TEX-MEX-VUOKA Salaatti	KALAKEITTO/ LOHIKEITTO Ruisleipä Tuorepala
3	7.-11.2.2022 21.-25.3.2022 2.-6.5.2022	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	14.-18.2.2022 28.3.-1.4.2022 9.-13.5.2022	LASAGNETTE Salaatti	KALAPIHVI/KALAPUIKKO PERUNAT/PERUNASOSE Salaatti	MANNAPUURO/RIISIPUURO MARJASOSE Grahamlihapirakka Tuorepala	KASVISPYÖRYKÄT PERUNAT Lämmin kastike Salaatti	NAKKIKEITTO Ruisleipä Tuorepala/kiisseli
5	10.-14.1.2022 21.-25.2.2022 4.-8.4.2022 16.-20.5.2022	MAKARONILAATIKKO Salaatti, ketsuppi	UUNIMAKKARA PERUNASOSE Salaatti	BROILERKASTIKE OHRA Salaatti Mustaherukkahillo	LIMEKALA PERUNAT Salaatti	KASVISSOSEKEITTO/ PINAATTIKEITTO Karjalanpiirakka, munavoi Hedelmä
6	17.-21.1.2022 11.-14.4.2022 23.-27.5.2022	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!