

ÄHTÄRIN KAUPUNGIN RUOKALISTA, KOULUT JA PÄIVÄKODIT

SYKSY 2022

Viikko	Koulupäivät	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
1	19.-23.9.2022 31.10.-5.11.2022 12.-16.12.2022	HÄRKÄWOKKI RIISI-MONIVILJASEOS Salaatti	KALAPIHVI/-PYÖRYKKÄ PERUNASOSE Salaatti	JAUHELIHAKASTIKE/ NAKKIKASTIKE PERUNAT Kreikkalainen salaatti	BROILER- NUUDELIVUOKA Salaatti	HERNEKEITTO Pehmeä leipä Juusto Tuorepala
2	15.-19.8.2022 26.-30.9.2022 7.-11.11.2022 19.-22.12.2022	BROILERPASTAVUOKA/ BROILER-RIISIPAISTOS Salaatti	KASVISPIHVI PERUNAT Kermaviilikastike Salaatti	KOULUN OMA Salaatti	TEX-MEX-VUOKA Salaatti	KALAKEITTO/ LOHIKEITTO Ruisleipä Tuorepala
3	22.-26.8.2022 3.-7.10.2022 14.-18.11.2022	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	29.8.-2.9.2022 10.-14.10.2022 21.-25.11.2022	LASAGNETTE Salaatti	KALAPIHVI/KALAPUIKKO PERUNAT/PERUNASOSE Salaatti	MANNAPUURO/RIISIPUURO MARJASOSE Grahamlihapirakka Tuorepala	KASVISPYÖRYKÄT PERUNAT Lämmin kastike Salaatti	NAKKIKEITTO Ruisleipä Tuorepala/kiisseli
5	5.-9.9.2022 17.-21.10.2022 28.11.-2.12.2022	MAKARONILAATIKKO Salaatti, ketsuppi	UUNIMAKKARA PERUNASOSE Salaatti	BROILERKASTIKE OHRA Salaatti Mustaherukkahillo	LIMEKALA PERUNAT Salaatti	KASVISSOSEKEITTO/ PINAATTIKEITTO Karjalanpiirakka, munavoi Hedelmä
6	12.-16.9.2022 5.-9.12.2022	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!