

ASKOLAN ALAKOULUJEN JA PÄIVÄKOTIEN RUOKALISTA 2023 – 2024

	vko:t; 31,37,43,49	vko:t; 32,38,44,50	vko:t; 33,39,45,51	vko:t; 34,40,46	vko:t; 35,41,47	vko:t; 36,42,48
Ma	KASVISSOSEKEITTO <i>leipä,tuorepala,raejuusto</i>	JAUHELIHAKEITTO <i>juusto,hedelmä</i>	NAKKIPANNU <i>kiiikaali,retiisi,ananas</i> <i>kurkkusalaatti,ketsuppi</i> PK: PERUNASOSE- LAATIKKO	NAKKIKEITTO <i>leipä,hedelmä</i>	BROILERIKEITTO <i>leipä,juusto</i>	LIHAKEITTO <i>juusto,hedelmä</i>
Ti	LASAGNETTE <i>porkkanaraaste</i>	PALERMONPASTA <i>kreikkalainen salaatti</i>	KALAKEITTO <i>leipä,leikkele</i>	TOMAATTINEN KASVISPASTAVUOKA <i>salaatti,kurkku,persilja</i>	JAUHELIHA BOLOGNESE spagetti <i>salaatti,kurkku,persilja</i>	BROILERIKASTIKE pasta <i>salaatti,paprikamix,retiisi</i> <i>mustaherukkahillo</i>
Ke	HERNEKEITTO <i>leipä,juusto</i>	KALAPYÖRYKKÄ perunasose <i>remoulade</i> <i>punajuuri,omena</i>	MAKARONILAATIKKO <i>porkkanaraaste</i>	LIHAPYÖRYKÄT perunat,kastike <i>porkkanaraaste,kiinankaali,</i> <i>ananas</i> <i>maustekurkku</i>	KALAKEITTO <i>leipä,tuorepala</i>	KALAPALA perunasose <i>tartarkastike</i> <i>punajuuri,omena</i>
To	LIME UUNIKALA perunat <i>kaali,kurkku,kurpitsa</i>	KASVISKASTIKE SWEET & SOUR ohra/riisi <i>salaattisekoitus,kurkku,</i> <i>kurpitsa</i>	BROILERINUGGETTI ratatouilleriisi <i>currykastike</i> <i>salaatti,meloni,rypäle</i>	PESTO UUNIKALA perunat <i>salaattisekoitus,appelsiini</i> <i>punajuuri,purjo</i>	UUNIMAKKARA perunasose <i>kaalisalaatti (coleslaw)</i>	JAUHELIHA- PERUNALAATIKKO <i>salaattisekoitus,tomaatti,</i> <i>appelsiini</i>
Pe	PINAATTILETTU <i>pastasalaatti</i> <i>puolukkahillo</i>	BROILERIKEITTO <i>leipä,tuorepala</i>	STROGANOFF perunat <i>kiiikaali,kurkku,tomaatti</i>	PUURO <i>marjakeitto,leipä,leikkele,</i> <i>tuorepala</i> PK: JAUHELIHAKEITTO	KASVISPYÖRYKKÄ perunat <i>tzatziki</i> <i>salaattisekoitus,herne-maissi-</i> <i>paprika</i>	PUURO <i>marjakeitto</i> <i>leikkele,tuorepala</i> PK: SISKONMAKKARA- KEITTO

Lisäksi aterialla tarjotaan salaatti, leipää, levitettä ja ruokajuomaa

HUOM! Keittiöllä on oikeus ruokalista muutoksiin RUOAT OVAT LAKTOOSITTOMIA

K = kanamunaton, M = maidoton, G = gluteeniton