













**KUORTANEEN KUNNAN KOULUJEN RUOKALISTA 2023 -2024**

viikko	maanantai	tiistai	keskiviikko	torstai	perjantai
1 32,38,44,50 4,10,16 22, 28	KALAMUREKEPIHVIT (MA, MU, G) MUUSI (L, G, MU, K)  KIINANKAALISALAATTI	MANGOBROILERI (L, MU, G) RIISI 	JAUHELIIHAKEITTO (MA, MU, G) PEHMEÄ LEIPÄ JUUSTO TUOREKURKKU	KINKKUKIUSAUS (L, MU, G)  KESÄINEN SALAATTI ETIKKAPUNAJUURI	KASVISHERNEKEITTO (MA, MU, G, K) PEHMEÄ LEIPÄ JUUSTO 
2 33,39,45,51 5,11,17 23, 29	BROILERIKEITTO (M, MU, G) PEHMEÄ LEIPÄ TUOREJUUSTO (L, C) HEDELMÄ 	MAKKARAKASTIKE (M, MU) PERUNAT  PORKKANARAASTE	SITRUUNAKALA (L, MU, G)  PERUNAMUUSI (L, G, MU, K) PRINSESSASALAATTI	MANNAPUURO (K) MARJAKIISSELI (MA, MU, G, K) PEHMEÄ LEIPÄ PAISTETTU KANANMUNA PAPRIKARENKAAT	JAUHELIIHAKIUSAUS (M, MU, G) KEITETYT KASVIKSET RAEJUUSTO (L, MU, K) RAIKAS TUORESALAATTI
3 34,40,46,52 6,12,18 24, 30	JAUHELIHA- MAKSAPIHVI (M, G) PERUNAMUUSI (L, MU, G, K) KIINANKAALI-APPELSIINISALAATTI PUOLUKKAHILLO 	LOHIKEITTO (L, MU, G) PEHMEÄ LEIPÄ  MARJASALAATTI	KASVISPYÖRYKÄT (L, MU, G, K) PERUNAT VALKOKASTIKE (L, MU, K) KAALI-KARVIAISMARJASALAATTI SIEMENIÄ 	LASAGNETTE (L, MU) 	BROILERIKASTIKE (L, MU, G) PERUNAT (RAKUUNA) PORKKANAT  PUNAKAALISALAATTI
4 35,41,47,1 7,13,19 25, 31	LIHAKEITTO (M, MU, G) PEHMEÄ LEIPÄ JUUSTO	LOHI-PERUNALAAHIKKO (L, G, MU) 	JAUHELIIHAKASTIKE (M, MU)  PERUNAT TOMAATTINEN TUORESALAATTI	UUNIMAKKARA (M, MU, G) / MUSTAMAKKARA (M, MU, G) PERUNAMUUSI (L, G, MU, K) KARTANON SALAATTI 	OHRASUURIMO- / RIISIPUURO (K) PUOLUKKAKIISELI PEHMEÄ LEIPÄ LEIKKELE TUOREKURKKU
5 36,42,48,2 8,14,20 26	LIHAPYÖRYKÄT (M, G) / JAUHELIIHAPIHVIT (M, G) PERUNAMUUSI (L, G, MU, K) JÄÄVUORISALAATTI	KALAKEITTO (L, G, MU) PEHMEÄ LEIPÄ MAKSAMAKKARA (M, G) 	BROILERI- RASTAPAISTOS (L, MU)  HEDELMÄINEN SALAATTI	HERNEKEITTO (M, MU, G) PEHMEÄ LEIPÄ JUUSTO 	KASVISPIHVIT (M, K) PERUNAT MUNAKASTIKE (L, G)  JUUSTOSALAATTI (L, G, MU)
6 37,43,49,3 9,15,21 27	LOHIVUOKA (L, MU, G) PERUNAT 	JAUHELIHA- MAKARONILAAHIKKO (L, MU)  PERINTEINEN SALAATTI	NAKKIKEITTO (M, MU, G) PEHMEÄ LEIPÄ JUUSTO  HERKKUKURKKU	BROILERIKIUSAUS (L, MU, G) 	LIHAKÄRISTYS (M, MU, G) PERUNAMUUSI (L, MU, G, K)  PORKKANARAASTE PUOLUKKAHILLO

Lounailla tarjotaan lisäksi rasvatonta tai vähärasvaista maitoa, piimää ja vettä sekä ravintorasvaa ja näkkileipää.

Lyhenteet: VL = vähälaktoosinen, L = laktoositon, G = gluteeniton, M = maidoton, MU = munaton, K = kasvis

Oikeus muutoksiin pidätetään

Käytämme vain suomalaista lihaa