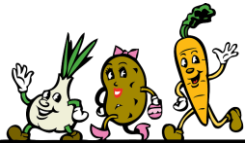


ÄHTÄRIN KAUPUNGIN RUOKALISTA, KOULUT JA PÄIVÄKODIT, SYKSY 2026

Viikko	Viikot	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
1	36,42,48 	KINKKUKIUSAUS (LA, GL) LÄMMIN KASVIS Salaatti	KALAPIHVI (MA) / KALAPUIKKO (MA) PERUNASOSE (LA, GL) Salaatti	LASAGNETTE (LA) Salaatti	PORKKANAPIHVIT (MA, GL) PERUNAT KERMAVIILIKASTIKE (LA, GL) Salaatti	HALAKOPERUNAT (MA, GL) / JAUHELIHAKESITTO (MA, GL) Ruisleipä Tuore kurkku, suolakurkku
2	37,43,49 	NAKKIKASTIKE (MA) / MAKKARAKASTIKE (MA) PERUNAT Salaatti	LIHAPYÖRYKÄT (MA, GL) / JAUHELIHAPIHVIT (MA, GL) PERUNASOSE (LA, GL) Salaatti	LOHIKIUSAUS (LA, GL) Raejuusto Salaatti	ÄHTÄRIN PUURO PUOLUKKAKESITTO (MA, GL) Pehmeä leipä Juusto	LEMPEÄ BROILERKESITTO (LA, GL) Pehmeä leipä Hedelmä
3	38,44,50 	TEX-MEXVUOKA (LA, GL) Salaatti	PORKKANAPYÖRYKÄT (LA, GL) PERUNAT Salaatti	UUNILOHI (MA, GL) PERUNASOSE (LA, GL) Salaatti	BROILER- PASTAVUOKA (LA) Salaatti	NAKKIKESITTO (MA, GL) / MAKKARAKESITTO (MA, GL) Pehmeä leipä Hedelmä
4	33,39,45,51 	BROILERKASTIKE (LA, GL) OHRA Mustaherukkahillo Salaatti	LIHAMAKARONILAATIKKO (LA) LÄMMIN KASVIS Ketsuppi Salaatti	PINAATTIOHUKAISET (LA) TUORESOSSE (MA, GL) KANANMUNA Salaatti	KEBABKASTIKE (LA, GL) RIISI Salaatti	LOHIKESITTO (LA, GL) Pehmeä leipä Hedelmä
5	34,40,46,52 	JAUHELIHAKASTIKE (MA) PERUNAT Salaatti	UUNIMAKKARA (MA, GL) PERUNASOSE (LA, GL) Salaatti	KALAPYÖRYKÄT (MA, GL) PERUNAT KERMAVIILIKASTIKE (LA, GL) Salaatti	BROILER- NUUDELIVUOKA (LA) Salaatti	KASVISSOSSEKESITTO (LA, GL)/PINAATTIKESITTO(LA) Riisipiirakka, munavoi Hedelmä
6	35,41,47,53 	BOLOGNALAINEN JAUHELIHAKASTIKE (MA, GL) PASTA (MA) Salaatti	LOHIVUOKA (LA, GL) PERUNASOSE (LA, GL) Salaatti	KOULUN OMA Salaatti	MANNAPUURO MARJASOSSE (MA, GL) Grahamlihapirakka Kurkkupala	HERNEKESITTO (MA, GL) Pehmeä leipä Sulatejuusto Hedelmä

Lisäksi tarjolla rasvatonta maitoa/piimää, näkkileipää ja ravintorasvaa.

MA=maidoton, LA=laktoositon, GL=gluteeniton

MUUTOKSET MAHDOLLISIA!