

**RUOKALISTA 2023 - 2024**  
**KOULUT VIIKKO 1/6**

MAANANTAI	POSSUKASTIKE L, K Tofukastike M, G, K -keitetyt perunat -kaali + ananassalaatti
TIISTAI	MERELLINEN PASTAVUOKA L, K Punajuuri-Aurapastavuoka L, K -herne -kiinankaali + hunajamelonikuutiosalaatti
KESKIVIIKKO	KAURAHELMIPUURO L, K -mustikkakiisseli M, G, K -rouheruisviipale -kalkkunaleikkele -juurespala
TORSTAI	BROILERIKIUSAUS L, G, K Härkis-juuresvuoka L, G, K -höyrytetty maissi -porkkanaraaste
PERJANTAI	LIHAPYÖRYKÄT KASTIKKEESSA M, K Soijapyörykät kastikkeessa M, G -keitetyt perunat -jenkki + tomaatti + kesäkurpitsasuikalesalaatti

Aterioilla tarjolla lisäksi ruokajuoma, leipä, ravintorasva. Tuotteita koskevat tiedot ovat saatavilla henkilökunnalta.

**Tarjoamme ruuissamme vain suomalaista lihaa.**

M=maidoton, L=laktoositon, G=gluteeniton, K= kananmunaton

**RUOKALISTA 2023 - 2024**  
**KOULUT VIKKO 2/6**

MAANANTAI	BROILERIJAUHELIIHAKAITTO M, G, K PUNAJUURISOSEKEITTO L, G, K - kaurapalat - jääsalaatti - hedelmäpalat
TIISTAI	UUNIMAKKARA M, G, K KASVISKÄÄRYLEET M, G, K - perunasose L - salaattisekoitus - tomaatti - grillisalaatti
KESKIVIIKKO	PINAATTIKEITTO L, K - keitetty kananmuna - ruiseväs - kurkkuviipaleet - siemensekoitus
TORSTAI	SITRUUNAINEN KALAKASTIKE L, G, K MIFU-KASTIKE L, G, K - keitetyt perunat - jenkki-suikale + mandariinisalaatti - punajuuriviipaleet
PERJANTAI	JAUHELIHA-PERUNASOSELAATIKKO M, G, K HÄRKÄPAPU-PERUNASOSELAATIKKO M, G, K - höyrytetyt keltaiset porkkanasuikaleet - punajuurisalaatti - kiinankaalisuikaleet

Aterioilla tarjolla lisäksi ruokajuoma, leipä, ravintorasva  
Tuotteita koskevat tiedot ovat saatavilla henkilökunnalta.

**Tarjoamme ruuissamme vain suomalaista lihaa.**

M=maidoton, L=laktoositon, G=gluteeniton, K= kananmunaton

**RUOKALISTA 2023 - 2024**  
**KOULUT VIIKKO 3/6**

MAANANTAI	KALAKEITTO L, G, K TOMAATTI-LINSSIKEITTO L, G, K - ruiseväs - maksamakkara M, G, K - kurkkuviipaleet
TIISTAI	JAUHELIHA-MAKARONI-VUOKA M, K KASVIS-PASTAVUOKA L, K - höyrytetyt sadonkorjuukasvikset - kaali + punakaali + ananassalaatti
KESKIVIKKO	PINAATTI-RAEJUUSTONAPPI L, G, K - perunasose L - kasvissalaatti M, G, K - papumix
TORSTAI	TORTILLAT M, K BROILERITÄYTE M, G, K HÄRKISTÄYTE M, G, K - salaattisekoitus + kurkkukuutio - tomaatti - salsakastike - thousand island-kastike
PERJANTAI	LIHAKEITTO M, G, K SIENI-KASVISKEITO M, K - ruisruutu - suolakurkku / tuorekurkkuviipaleet - porkkanapalat

Aterioilla tarjolla lisäksi ruokajuoma, leipä, ravintorasva  
Tuotteita koskevat tiedot ovat saatavilla henkilökunnalta.  
**Tarjoamme ruuissamme vain suomalaista lihaa.**

M=maidoton, L=laktoositon, G=gluteeniton, K= kananmunaton

**RUOKALISTA 2023 - 2024**  
**KOULUT VIIKKO 4/6**

MAANANTAI	JAUHELIIHAKASTIKE M, K SOIJAROUHEKASTIKE M, G, K - keitetty spagetti M, K - jenkki + persikkasalaatti - retiisiraaste
TIISTAI	KASVISSOSEKEITTO L, G, K - riisipiirakka L, K - tomaattiviipaleet - siemensekoitus
KESKIVIIKKO	LOHIMUREKEPIHVIT M, G, K PORKKANAPIHVIT M, G, K - keitetyt perunat - kermaviilikastike L, G, K - kiinankaali + savonansalaattisekoitus - punajuurikuutiot
TORSTAI	VÄRIKÄS BROILERIKASTIKE M, K PAPUSTROGANOFF M, G, K - keitetty ohrahelmi - salaattisekoitus - tomaattikuutiot - mustaherukkahillo
PERJANTAI	MAKSALAATIKKO M, G, K HÄRKISPAISTOS L, G, K - ruisvuokaviipaleet - porkkanaraaste - puolukkahillo

Aterioilla tarjolla lisäksi ruokajuoma, leipä, ravintorasva  
Tuotteita koskevat tiedot ovat saatavilla henkilökunnalta.  
**Tarjoamme ruuissamme vain suomalaista lihaa.**

M=maidoton, L=laktoositon, G=gluteeniton, K= kananmunaton

**RUOKALISTA 2023 - 2024**  
**KOULUT VIIKKO 5/6**

MAANANTAI	JAUHELIIHAKEITTO M, G, K SOIJAROUHEKEITTO M, G, K - ruispyörö M, K - jääsalaatti - hedelmäpalat
TIISTAI	NAKKIKASTIKE M, K VEGYE-NAKKIKASTIKE M, -keitetyt perunat -coleslaw salaatti L, G -suolakurkkuviipaleet
KESKIVIIKKO	LINSSI-LASAGNETTE L, K - höyrytetyt porkkanaviipaleet - jenkkisuikale - kurkkusuikale - paprikamix
TORSTAI	JÄRVIKALAPUIKOT L, G KASVISJAUHISPYÖRYKÄT M, G, K - perunasose L - salsaremouladekastike L, G - salaattisekoitus - kesäkurpitsaraaste
PERJANTAI	HÄRKISBOLOGNESE M, G, K - simpukkapasta M, K - rouheruisviipaleet - kiinankaalisuikaleet - kurpitsasalaatti - paprikakuutiot

Aterioilla tarjolla lisäksi ruokajuoma, leipä, ravintorasva.  
Tuotteita koskevat tiedot ovat saatavilla henkilökunnalta.  
**Tarjoamme ruuissamme vain suomalaista lihaa.**

M=maidoton, L=laktoositon, G=gluteeniton, K= kananmunaton

**RUOKALISTA 2023 - 2024**  
**KOULUT VIKKO 6/6**

MAANANTAI	TÄYTELÄINEN KANAKEITTO L, G, K PUNAJUURISOSEKEITTO L, G, K - perunarieska - kurkkuviipaleet - juurespalat
TIISTAI	SADONKORJUUN LIHAPATA M, G, K SADONKORJUUN MIFUPATA M, G, K - keitetyt perunat - jenkki-suikale + omena + paprikakuutiosalaatti
KESKIVIikko	PINAATTIOHUKAISET L - perunasose L - porkkanaraaste - raejuusto L - puolukkahillo
TORSTAI	HERNEKEITTO M, G, K/ KASVIS-HERNEKEITTO M, G, K - sämpylä - edam-juustoviipaleet L - paprikasuikale
PERJANTAI	KIRJOLOHIKIUSAUS L, G, K/ TARHURINPAISTOS L, G, K - höyrytetty papu-porkkanamix - punajuuri + omenakuutiosalaatti - salaattisekoitus

Aterioilla tarjolla lisäksi ruokajuoma, leipä, ravintorasva. Tuotteita koskevat tiedot ovat saatavilla henkilökunnalta.

**Tarjoamme ruuissamme vain suomalaista lihaa**

M=maidoton, L=laktoositon, G=gluteeniton, K= kananmunaton