

RUOKALISTA 2026 - 2027
KOULUT VIIKKO 1/5

MAANANTAI	JAUHELIHAKEITTO M, G, K JAUHISKEITTO M, G, K - ruispyörö M, K - hedelmäpalat
TIISTAI	UUNIMAKKARA M, G, K KASVIS-PAPUKROKETIT M, G, K - perunasose L, G, K - rapea tomaattisalaatti
KESKIVIIKKO	KANAKASTIKE L, K MIFUKASTIKE L, G, K - keitetyt perunat - kaali+ananas+hernesalaatti - mustaherukkahillo
TORSTAI	MERELLINEN PASTAVUOKA L, K PUNAJUURI-AURAPASTAVUOKA L, K - rapea kesäkurpitsasalaatti - punajuurikuutiot
PERJANTAI	KAURAHelmiPUURO L, G, K - mustikkakiisseli M, G, K - rouheruisviipaleet M, K - kalkkunaleikkele M, G, K - kurkkuviipaleet

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

Tarjoamme ruuissamme vain suomalaista lihaa.

M= maidoton, L= laktoositon, G= gluteeniton, K= kananmunaton, SL= sisältää sianliha

RUOKALISTA 2026 - 2027
KOULUT VIKKO 2/5

MAANANTAI	NAKKIKASTIKE M, K MEEAT-NAKKIKASTIKE M, K - keitetyt perunat - kaali+punakaali+ananassalaatti
TIISTAI	PORKKANAPIHVIT M, G, K - perunasose L, G, K - rapea paprikasalaatti - herne
KESKIVIIKKO	JAUHELIHA-MAKARONIVUOKA M, K NUUDELIVUOKA M, K - lämmin sadonkorjuukasvis - rapea persikkasalaatti
TORSTAI	KALAKEITTO L, G, K TOMAATTINEN LINSSIKEITTO L, G, K - ruisruutu M, K - maksamakkara M, G, K - hedelmäpalat
PERJANTAI	BROILERIKIUSAUS L, G, K JAUHIS-JUURESVUOKA L, G, K - lämmin maissi - porkkanaraaste

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

Tarjoamme ruuissamme vain suomalaista lihaa.

M= maidoton, L= laktoositon, G= gluteeniton, K= kananmunaton, SL= sisältää sianlihaa

RUOKALISTA 2026 - 2027
KOULUT VIKKO 3/5

MAANANTAI

JAUHELIHAKASTIKE M, K
Soijarouhekastike M, G, K
- spagetti M, K
- kaali+kurpitsapikkelssisalaatti

TIISTAI

PINAATTIOHUKAISET L
- perunasose L, G, K
- rapea porkkanasalaatti
- raejuusto L, G, K
- puolukkahillo

KESKIVIKKO

HERNEKEITTO M, G, K
SOIJAROUHE-HERNEKEITTO M, G, K
- ruisruutu M, K
- juustoviipaleet L
- tomaattiviipaleet

TORSTAI

KALAKIUSAUS L, G, K
TARHURINPAISTOS L, G, K
- kaali+porkkanasalaatti
- punajuurikuutiot

PERJANTAI

TORTILLAT M, K
BROILERITÄYTE M, G, K
HÄRKISTÄYTE M, G, K
- rapea kurkku+tomaattisalaatti
- punasipuli
- salsakastike

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

Tarjoamme ruuissamme vain suomalaista lihaa.

M= maidoton, L= laktoositon, G= gluteeniton, K= kananmunaton, SL= sisältää sianlihaa

RUOKALISTA 2026 - 2027
KOULUT VIKKO 4/5

MAANANTAI	HÄRKISBOLOGNESE M, G, K - cappellipasta M, K - ruisvuokaleipä M, K - rapea paprikamixsalaatti
TIISTAI	KALAPUIKOT M, K KASVISKEPUKAT M, G, K - perunasose L, G, K - värikäs hernesalaatti
KESKIVIIKKO	KANAPASTA L, K PINAATTINEN PASTAVUOKA L, K - lämmin porkkanaviipale - rapea kurkkusalaatti
TORSTAI	KASVISSOSEKEITTO L, G, K - riisipiirakka L, K - keitetty kananmuna - jääsalaatti - siemensekoitus
PERJANTAI	PALVIKIUSAUS L, G, K, SL PERUNA-KAURAJAUHISVUOKA L, G, K - lämmin maissi - porkkanaraaste

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

Tarjoamme ruuissamme vain suomalaista lihaa.

M= maidoton, L= laktoositon, G= gluteeniton, K= kananmunaton, SL= sisältää sianlihaa

RUOKALISTA 2026 - 2027
KOULUT VIKKO 5/5

MAANANTAI	TÄYTELÄINEN KANAKEITTO L, G, K TÄYTELÄINEN KASVISKEITTO M, G, K - kaurapalat M, K - hedelmäpalat
TIISTAI	LIHAPYÖRYKÄT M, K, SL Pinaatti-raejuustonapit L, G, K - perunasose L, G, K - rapea persikkasalaatti
KESKIVIIKKO	OHRAPUURO L, K - marjakiisseli M, G, K - ruiseväs M, K - saunapalvikinkkuviipaleet M, G, K - kurkkuviipaleet
TORSTAI	LINSSI-LASAGNETTE M, K - rapea paprikasalaatti - herne
PERJANTAI	LOHIMUREKEPIHVIT M, G, K TALON KASVISPIHVIT L, G, K - keitetyt perunat - kermaviilikastike L, G - porkkanaraaste

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

Tarjoamme ruuissamme vain suomalaista lihaa.

M= maidoton, L= laktoositon, G= gluteeniton, K= kananmunaton, SL= sisältää sianlihaa