

Luhangan koulun ja varhaiskasvatuksen 5 viikon kiertävä ruokalista v. 2026–2027. Kaikki ruoat ovat laktoosittomia.

Kaikki käyttämämme tuoreliha on kotimaista. Lisätietoa allergisoivista ruoka-aineista ja ruoan sisältö tiedoista saat keittiö henkilökunnalta.

Rv 1 Vkot: 33,38,43,48	Riisipuuro Marjakiisseli Tuorepala	Lahnapyörykkä Perunasose Vihersalaatti	Stroganoff Kuori peruna Vihersalaatti	Hapanimelä kanakastike Ohra, lämmin kasvis Vihersalaatti	Kasviskeppukka Perunasose Remoulade-kastike Vihersalaatti
Välipala	Mansikkarahka Leipä	Marjasmoothie Hedelmä Leipä	Hedelmäsalaatti Leipä	Vanukas Tuorepala Leipä	Murot Mehukeitto Leipä
RV 2 Vkot: 34,39,44,49	Lempeäkanakeitto Tuorepala	Härkäpapulasagnette Punajuuri Vihersalaatti	Lohikiusaus Ananas-porkkanaraaste	Lihapullakastike Spagetti Vihersalaatti	Tortilla jauhelihataytteellä
Välipala	Vadelmakiisseli Leipä	Mustikkarahka Leipä	Ohukaiset Hillo/marjat	Maustamaton jogurtti Mysli Leipä	Mansikka- banaanismoothie Leipä
RV3 Vkot: 35,40,45,50	Lapin ukon keitto Tuorepala	Kana-pekoni pasta Vihersalaatti	Chili con vege Riisi Vihersalaatti	Itämerenkalapuikot Perunasose Tilli-kermaviilikastike Vihersalaatti	Pyttipannu Kurkkusalaatti Vihersalaatti
Välipala	Kookos-riisivanukas Leipä	Herukkavispipuuro Tuorepala Leipä	Banaanijogurtti Tuorepala Leipä	Mustikkakiisseli Leipä	Jogurtti/viilis Hedelmä Leipä
RV4 Vkot: 36,41,46,51	Kasvisseuseikeitto paahdetut siemenet/Raejuusto Tuorepala	Lohipaella Porkkana- kaaliraaste	Jauheliha-punajuurikastike Kuori peruna Punajuuri Vihersalaatti	Uunimakkara Perunasose Vihersalaatti	Kanaviillokki Riisi-kaura lämminkasvis Herukka- vihersalaatti
Välipala	Kuningatarkiisseli Leipä	Porkkanagraham-piirakka Hedelmä	Hedelmässmoothie Leipä	Riisipiirakka Kananmuna Tuorepala	Appelsiinikiisseli Leipä
RV5 Vkot: 37,42,47,52	Kookoskalakeitto Tuorepala	Kebabkuisaus Vihersalaatti	Pinaattilettu Perunasose Pastasalaatti	Lasagnette Vihersalaatti	Butter chicken Riisi Raastesalaatti
Välipala	Hedelmärahka Leipä	Mansikkakiisseli Leipä	Sämpylä Hedelmä Kaakao	Persikkasmoothie Tuorepala Leipä	Hedelmäjogurtti Leipä