**MUURAMEN RUOKALISTA LV 2022-2023**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| VK | MAANANTAI | TIISTAI | KESKIVIIKKO | TORSTAI | PERJANTAI |
| 1 | **Nakkikastike****Perunat****Porkkanaraaste** | **Ohrapuuro****Mehukeitto****Ruiseväs,** **Juusto****Kurkkupölkky** | **Lohimurekepihvit****Perunamuusi****punajuuri-valkosipulikastike****Amerikka-paprika** | **Broilerikeitto****Kaurapala****Juusto****Kukkakaalipala****Lehtisalaatti** | **Härkkis-pastavuoka****Kaali-ananas** |
| 2 | **Broileribolognese****Tumma kierrepasta****Kiinankaali-persikka** | **Uunimakkara****Perunasose****Coleslaw** | **Bataatti-kookoslinssisosekeitto****Grahamlihapiirakka****Lanttupölkky** | **Broilerikiusaus****Kiinankaali-mustaherukka****Paahdetut härkäpavut** | **Päijännepyörykkä****Perunamuusi****Kermaviili-chilikastike****Amerikka-kurkku** |
| 3 | **Palapaisti****Perunat****Kaali-paprikamix** | **Paistetut muikut****Perunamuusi****Amerikka-appelsiini****Herne** | **Makaronilaatikko****Ketsuppi****Porkkanaraaste** | **Broileripyörykkä****Perunat****Kastike****Kurkkusuikale** | **Pinaattiohukaiset****Perunasose****Pastasalaatti** |
| 4 | **Kasviskepukka****Perunasose****Kaali-persikka** | **Lohipastavuoka****Porkkana-punaherukka** | **Kasvissosekeitto****Rieska****Raejuusto****Banaani****Lehtisalaatti** | **Pyttipannu****Lämmin lisäke****Ketsuppi****Amerikka-kurkku** | **Puuro****Mehukeitto****Ruiseväs****Juusto****Porkkanapölkky** |
| 5 | **Yrttinen kanakastike****Ohra****Mustaherukkahillo****Kiinankaali-retiisi-kesäkurpitsa** | **Kalakeitto****Ruiseväs****Juusto****Paprikarengas** | **Porkkanaohukaiset****Perunasose****Ohrasalaatti****tomaattilohko** | **Hernekeitto****Sinappi****juusto****Mandariini** | **Kalakuviot****Perunasose****Kermaviilikastike****Porkkana-punakaali** |
| 6 | **Jauhelihakastike****Spagetti****Amerikka-tomaatti-juusto** | **Kalkkunanuudelivuoka****Kiinankaali-meloni** | **Pinaattikeitto****Riisipiirakka****Kananmuna****Omena** | **Silakkapihvit****Perunasose** **Kiinankaali-punajuuri****Herne** | **Tortilla****Broileritäyte****Tomaattisalsa****Amerikka-kurkku** |

Joka päivä: maitoa/piimää/kaurajuomaa, näkkileipää ellei muuta leipää, levitettä, Poikkeuksia: teemaviikot, syys- ja kevätkauden päätöspäivät.