

Myrskylän koulu, ruokalista 2023-2024

VK	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIikko	TORSTAI	PERJANTAI
33 40 48 5 13 20	BOLOGNESEKASTIKE Pasta Kiinankaali -Ananas -salaatti	KANAPUIKKO Perunasose Värikäs porkkana- mandariini salaatti	LOHIKIUSAUS Porkkanaraaste	BROILERIPATA Riisi-Viljalisäke Jäävuori-Meloni-kurkku-salaatti	KASSISOSEKEITTO Raejuusto Kurkkuviipaleet, Mandariini Ruismax
13 20	KASVISLOUNAS Soijarouhekastike	KASVISLOUNAS Vegepuikko	KASVISLOUNAS Kasviskiusaus	KASVISLOUNAS Kasvispata	
34 41 49 6 14 21	NAKKIKASTIKE Keitetyt perunat porkkanaviipaleet Kiinankaali-Ananas –maissi- salaatti	PINAATTIOHUKAISET Perunasose Jäävuori-kurkku tom- salaatti	LASAGNE Porkkanaraaste	KOULULAISEN KALALEIKE Remuladekastike Peruna Jäävuori-Persikka-Herne-salaatti	BROILERIKEITTO Paprikasuikaleet Vuokaleipä
14 21	KASVISLOUNAS Eggie Nakkikastike		KASVISLOUNAS Kasvislasagne	KASVISLOUNAS Kasvisjauhispörykkä	KASVISLOUNAS Kasviskeitto
35 42 50 7 15 22	KALAKEPUKKA Peruna Kermaviilikastike Porkkanaraaste	KINKKUKIUSAUS Jäävuori-mandariinisalaatti Punajuuri	TORTILLAT Broileritäyte Amerikasalaatti Kurkkusuikale Raejuusto	LIHAPYÖRYKKÄKASTIKE Pasta Kiinankaali-kurkku-tomaatti	MAKKARAKEITTO Moniviljaruutu Kurkkuviipaleet
15 22	KASVISLOUNAS Kasviskeppukka	KASVISLOUNAS Härkäpapu-juustokiusaus	KASVISLOUNAS Kasvistäyte	KASVISLOUNAS Kasvispyörykkäkastike	KASVISLOUNAS Kasvissosekeitto
36 44 51 8 16	PORKKANAPIHVIT Peruna Kermaviilikastike Fetajuustosalaatti	PALVIPASTAVUOKA Tomaattilohko Kurkkuviipaleet	KALAMUREKEPIHVIT Tillikastike Peruna Porkkanaraaste	BROILERIKASTIKE Täysjyväriisi Puutarhurinkasvissekoitus Kiinankaali-ananas-kurkku-salaatti	HERNEKEITTO Kurkkuviipale, Rieska Porkkanapölkky
8 16		KASVISLOUNAS Punajuurisvuoka	KASVISLOUNAS Kasvispihvit	KASVISRUOKA Kasviscurry	KASVISLOUNAS Tuhtisosekeitto
37 45 2 10 17	MAKARONILAATIKKO Maissi Värikäs-salaatti	BROILERIPYÖRYKKÄ Peruna Currykastike Kiinankaali- ananas -salaatti	PALAPAISTI Peruna Pikkuporkkana Jäävuori -tomaatti -salaatti	MAKKARA- PERUNASOSELAATIKKO Tomaatti Tuorekurkku	KALAKEITTO Ruisruutu Kurkkuviipale Omenapala
17	KASVISLOUNAS Kasvismakaronilaatikko	KASVISLOUNAS Juures-voipapupyörykkä	KASVISLOUNAS Nyhtökaurakastike	KASVISLOUNAS Soija-perunasoselaatikko	KASVISRUOKA Juuresquornkeitto
38 46 3 11 18	JUURESSOSEKEITTO Raejuusto Siemenssekoitus Kurkkuviipale Sämpylä	INTIALAINEN KOOKOS-KANACURRY Jäävuori-kurkku -tomaatti-salaatti	KALAPYÖRYKÄT Perunasose Kiinankaali-herne- maissi-paprika-Salaatti	KAALILAATIKKO Puolukka Porkkanapala	KAURAHelmiPUURO Marjakeitto Maksamakkara Paprikasuikale Rustiikkiruispala
11 18		KASVISLOUNAS Meksikonpata	KASVISLOUNAS Kasvispapurketti(apetit)	KASVISLOUNAS Kasviskaalilaatikko	
39 47 4 12 19	POSSUKASTIKE Peruna Puutarhurinsekoitus Kiinankaali-Mandariini-salaatti	UUNIMAKKARA Perunasose Porkkanaraaste	ITÄMEREN KALAPUIKKO Kermaviilikastike Perunasose Kiinankaali- maissi- salaatti	PALERMONPASTA Herne-maissi-Porkkana Amerikan-tomaatti-salaatti	JAUHELIIHAKAITTO Leipä Kurkkuviipaleet Luumu
12 19	KASVISLOUNAS Härkäpapukäristys	KASVISLOUNAS Täytetty Paprika	KASVISLOUNAS Bataattijuurespihvi	KASVISLOUNAS Kasvispasta	KASVISLOUNAS Kasvissosekeitto