



# SIILINJÄRVEN KUNNAN KOULUJEN RUOKALISTA

## Syyslukukausi 2018

	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
viikko 1	<b>Broilerikastike</b> riisi/perunat salaatti mustaherukat	<b>Ohrarouhepuuro</b> marjakeitto leikkele juurespalat	<b>Lihamureke</b> perunat kastike salaatti	<b>Makaronilaatikko</b> tuoresalaatti lämmin kasvis	<b>Kalakeitto</b> kurkku leikkele
viikko 2	<b>Jauhelihakastike</b> perunat/spagetti salaatti talon tapaan	<b>Kala- pastapaistos</b> punajuurisalaatti	<b>Uunimakkara</b> perunasose salaatti	<b>Hernekeitto</b> juusto tuorekurkku Hedelmä	<b>Kasvispihvit</b> perunat sitruunakastike salaatti
viikko 3	<b>Lihakeitto</b> tuoretta juusto	<b>Hauskat kalapihvit</b> perunat salaatti kermaviilikastike	<b>Kasvisosekeitto</b> kananmunat tuoretta Hedelmä	<b>Lihapyörökät</b> perunat kastike salaatti	<b>Kinkkukiusaus</b> tuoresalaatti lämmin kasvis
viikko 4	<b>Broilerikeitto</b> tuoretta Hedelmä	<b>Kasvis- pastapaistos</b> vihannessalaatti	<b>Jauhemaksapihvit</b> perunasose salaatti puolukkaa	<b>Kalamureke</b> peruna raaste kastike	<b>Juustoinen lihakeitto</b> tuoretta Hedelmä
viikko 5	<b>Makkarakastike</b> perunat salaatti talon tapaan	<b>Kalapyörökät</b> perunat kastike salaatti	<b>Jauhelihakeitto</b> tuoretta Marjasalaatti	<b>Broileripaistos</b> salaatti	<b>Perunavelli</b> lihapiirakka/ porkkanapiirakka tuoretta Hedelmä
viikko 6	<b>Possu- ananashöystö</b> perunat raastesalaatti	<b>Kasvislagnette/ Lasagnette</b> Itämainen salaatti	<b>Uunilohi</b> perunat raaste	<b>Pinaattiohukkaat</b> perunasose salaatti hillo	<b>Nakkikeitto</b> juusto Hedelmä

Lisäksi joka aterialla ruokajuoma, ravintorasva, pehmyt leipä ja näkkileipä.

Muutokset ruokalistaan mahdollisia

Hyvää ruokahalua!

