

# VIROLAHDEN JA MIEHIKKÄLÄN KOULUJEN RUOKALISTA

## LUKUVUOSI 2021-2022

RUOKALISTAMUUTOKSET MAHDOLLISIA!

22.9.2021



viikot	2021: 32,38,44,50 2022: 4,10,16,22,28	2021: 33,39,45,51 2022: 5,11,17,23,29	2021: 34,40,46 2022: 6,12,18,24,30	2021: 35,41,47 2022: 1,7,13,19,25,31	2021: 36,42,48 2022: 2,8,14,20,26	2021: 37,49 2022: 3,15,21,27
	1. viikko	2. viikko	3. viikko	4. viikko	5. viikko	6. viikko
MA	PALAPAISTI PERUNAT VIHER-KURKKU- OMENASALAATTI	LIHAPYÖRYKÄT PERUNAT KASTIKE VIHERSALAATTI	KEBAKOT LOHKOPERUNAT KASTIKE VIHER-TOMAATTI- HERNESALAATTI	JAUHELIIHAKASTIKE PASTA VIHER-KURKKU- MANDARIINISALAATTI	KALAPUIKOT PERUNAT KASTIKE VIHER-KURKKU- TILLISALAATTI	KALAKIUSAUS KEITETTY KASVIS PUNAKAALIRAASTE
TI	KALAKEITTO KARJALANPIIRAKKA MUNAVOI HEDELMÄ	KASVISLASAGNE JUUSTOSALAATTI	KASVISSOSEKEITTO RAEJUUSTO LETTU HILLO HEDELMÄ	PINAATTILETUT / PORKKANALETUT PERUNASOSE, KASTIKE RIISI-TONNIKALA- SALAATTI MARJASOSE	MAKKARA-/NAKKI- KASTIKE PERUNAT PORKKANARAASTE	UUNIMAKKARA PERUNASOSE KASTIKE VIHER-TOMAATTI- SALAATTI SINAPPIRELISH
KE	KASVISPYÖRYKÄT PERUNASOSE KERMAVIILIKASTIKE MAKARONISALAATTI	KUORRUTETTU KALA PERUNAT KASTIKE VIHER- PERSIKKASALAATTI	SMETANAPOSSU PERUNAT PORKKANA- MANDARIINIRAASTE	KALAKEPUKKA PERUNAT RAITARAASTE	MAKARONILAATIKKO VIHER-KURKKU- RETIISISALAATTI	BROILERIKASTIKE RIISI TAI PERUNAT VIHER-ANANAS- HERNESALAATTI
TO	JAUHELIHA-/ LIHAKAITTO LEIPÄ TUOREPALA JUUSTO	NAKKI-/MAKKARA- KASVISKEITTO SÄMPYLÄ JUUSTO TUOREPALA	BROILERI-RIISI- KEITTO SÄMPYLÄ TUOREPALA	KIINALAINEN KEITTO RANSKANKERMA LEIPÄ JUUSTO HEDELMÄ	HAPANVELLI KASVISKEITTO LIHAPIIRAKKA HEDELMÄ	HERNEKEITTO PANNUKAKKU HILLO HEDELMÄ
PE	BROILERIPASTA- VUOKA VIHER-MELONI- SALAATTI	BROILERINUGETIT RIISI KERMAVIILIKASTIKE VIHER-PÄÄRYNÄ- KURKKUSALAATTI	TONNIKALAPASTA- VUOKA VIHER-KURKKU- SALAATTI	JAUHELIHA- PERUNASOSELAATIKKO LÄMMIN KASVIS TOMAATTILOHKO	RIISIPUURO PATONKI LEIKKELE TUOREPALA	TORTILLAT TÄYTTEINEEN VIHER-TOMAATTI- KURKKUSALAATTI