

KOULUJEN RUOKALISTA



2025

maanantai	tiistai	keskiviikko	torstai	perjantai
VIKKO 1 Vkot 10, 15, 20, 35, 30, 45, 40, 45 Broilerikastike Mifukastike Täysjyväriisi <i>Vp: Persikkamangokiisseli</i>	Uunimakkara Kasvismakkara Perunasose Ketsuppi ja sinappi <i>Vp: Mansikkamustaherukkakiisseli</i>	Kirjolahikiusaus "0"/ Järvikalakiusaus "5" Soijarouhe-perunakiusaus <i>Vp: Mustikkapiimävanukas</i>	Puuro Mehukeitto Perunarieska Kananmunalevite Vp: Omena- tai marjakaura-paistos ja vaniljakastike	Liha-makaronilaatikko "0"/ Spagettipaistos "5" Jauhis-makaronilaatikko "0"/ Jauhispaistos "5" Ketsuppi <i>Vp: Suklaavanukas</i>
VIKKO 2 (Vkot 11, 16, 21, 26, 31, 36, 41, 46, 51) Bolognesekastike Jauhis-bolognesekastike Täysjyväriisi <i>Vp: Persikkakiisseli</i>	Tonnikalapastavuoka Härkislaatikko <i>Vp: Kuningatarkiisseli ja kaakao</i>	Kanapyörykät kasvispyörykät Keitetyt perunat Kermaviilikastike <i>Vp: Hedelmärahka</i>	Hernekeitto Kasvishernekeitto Sämpylä <i>Vp: Pannukakku, marjahillo</i>	Broilerikiusaus Tofukiusaus <i>Vp: Täysjyvämuut, sekamarjakiisseli</i>
VIKKO 3 (Vkot 12, 17, 22, 27, 32, 37, 42, 47, 52) Sweet chili possukastike Sweet chili quornkasteike Spagetti Ketsuppi <i>VP: Trooppinen hedelmäkiisseli</i>	Jauhelihakeitto Sämpylä Juustosiivu <i>Vp: Vatattu mustaherukkapuuro</i>	Kalapuikot Pieni kasvis-papupihvi Perunasose Remoulade-/kermaviilikastike <i>Vp: Kuutamokiisseli ja marjasose/hillo</i>	Värikäs broileripata Värikäs quornpata Täysjyväriisi <i>Vp: Kasvistikut ja dippi</i>	Texmex-jauheliha-perunalaatikko Texmex-perunavuoka <i>Vp: Marjajogurtti</i>
VIKKO 4 (Vkot 13, 18, 23, 28, 33, 38, 43, 48) Palvilapakastike Vegaaninen pastakastike Kierrepasta <i>Vp: Ruusunmarjakiisseli</i>	Pinaattiohukaiset Perunat Valkokastike Puolukkahillo Ruokaisa pastasalaatti <i>Vp: Mansikkaraparperikiisseli</i>	Kermanen kalakeitto Kermanen tofukeitto Ruisleipä <i>Vp: Puolukkavispipuuro</i>	Lihapyörykät Kasvispyörykät Perunat Tomaattinen kastike <i>Vp: Jogurttinen marjarahka</i>	Broileripastavuoka Härkispastavuoka <i>Vp: Viilis, täysjyvässämpylä</i>
VIKKO 5 (Vkot 14, 19, 24, 29, 34, 39, 44, 49) Makkarakastike "4" Nakkikastike "9" Kasvisnakkikastike Perunat <i>Vp: Mansikkakiisseli</i>	Jauhelihalasagnette <i>Vp: Karjalanpiirakka ja munalevite</i>	Sitruunainen uunikala Tofua uunissa Perunat <i>Vp: Suklaakiisseli</i>	Toivertorstai Keittiön toteutus / Toiveruokapäivä Vp: Keittiön toteutus / Toivevälipala	Palvilapakiusaus Linssi-perunakiusaus <i>Vp: Hedelmäjogurtti, täysjyväleipä</i>

"x"= vuorolistaviikoin. Kasvisruokavaihtoehto merkitty vihreällä. Linjastossa ruoka on merkitty:

Ateriaan sisältyvät lisäksi salaatti/tuorepala ja mahdoll. lämmin kasvis, ruokajuoma, leipä, kasvipohjainen margariini sekä salaattipäivinä salaattinkastike.

Kysy keittiöstä tarkempia allergeenitietoja tarvittaessa. Käytämme suomalaista lihaa. Äkilliset muutokset mahdollisia.