

KOULUJEN RUOKALISTA

2026



	maanantai	tiistai	keskiviikko	torstai	perjantai
VIKKO 1 Vkot 3,8,13,18, 23,28,33 38,48, 53)	Butter chicken Butter tofu Vp: Persikka-mangokiisseli	Kirjolahikiusaus Soijarouhe-perunakiusaus Vp: Mansikkamustaherukkakiisseli	Uunimakkara Kasvismakkara Vp: Mustikkapiimävanukas	Kanakeitto Täyteläinen kasviskeitto Vp: Omena- tai marjakaura- paistos Vaniljakastike	Liha-makaronilaatikko Jauhis-makaronilaatikko Vp: Ananaskiisseli
VIKKO 2 (Vkot 4,9, 14,19,24, 29,34,39 44,49)	Bolognesekestike Bolognese-jauhiskastike Vp: Persikkakiisseli	Tonnikalapastavuoka Härkkispastavuoka Vp: Kuningatarkiisseli	Kanapyörkät Kasvispyörkät Vp: Hedelmärahka	Hernekeitto Kasvishernekeitto Vp: Ohukaiset	Broilerikiusaus Kasviskiusaus Vp: Täysjyvämurot Mehukeitto
VIKKO 3 (Vkot 5,10,15, 20,25,30, 35,40,45, 50)	Kiinalainen sweet&sour possukastike Sweet sour kasviskastike Vp: Trooppinen kiisseli	Jauhelihakeitto Aurinkoinen kasvissosekeitto Vp: Vatkattu mustaherukkapuuro	Kalapuikot Pieni kasvis-papupihvi Vp: Mango-sitruunakiisseli	Hedelmäinen broilerikastike Hedelmäinen vegekastike Vp: Marjarahka	Kebabkiusaus Vegekiusaus Vp: Jogurtti
VIKKO 4 (Vkot 1, 6,11,16, 21,26,31, 36,41,46, 51)	Palvarin juustokastike Vegepastakastike Vp: Ruusunmarjakiisseli	Ohra-kauralesepuuro Mehukeitto Vp: Mansikkaparperikiisseli	Kermainen kalakeitto Kermainen tofukeitto Vp: Puolukkavispupuuro	Lihapyörkät Kasvispyörkät Vp: Jogurtin marjarahka	Broileripastavuoka Härkkispastavuoka Vp: Sekamarjakiisseli
VIKKO 5 (Vkot 2, 7,12,17, 22,27,32, 37,42,47, 52)	Makkarakastike Kasvismaggarakastike Vp: Mansikkakiisseli	Sitruunainen uunikala Tofua uunissa Vp: Riisipiirakka, munalevite	Jauhelihalasagnette Kasvislasagne Vp: Vatkattu punaherukkapuuro	Toivetoistai Keittön toteutus / Toiveruokapäivä Vp: Keittön toteutus / Toivevälipala	Pinaattiohukaiset Vp: Jogurtti

Kasvisruokavaihtoehto merkitty vihreällä. Linjastossa ruoka on merkitty:

Erityisruokavaliotiedot löytyvät [Ateriapalvelut - Järvi-Saimaan palvelut Oy](#) sivuilta. Valmistamme ruoat laktoosittomina ja käytämme suomalaista lihaa. Tarvittaessa keittiö antaa lisätietoja. Lounaaseen kuuluu pääruoan lisäksi salaatti/tuorepala ja mahdollinen lämmin kasvis, ruokajuoma, leipä, kasvipohjainen margariini sekä salaattipäivinä salaattinkastike. Välipalaan kuuluu lisäksi tuore vihannes/hedelmä, täysjyväleipä ja/tai näkkileipä, ravintorasva ja juoma.

Äkilliset muutokset mahdollisia.