

# RUOKALISTA 2019 - 2020

syksy 2019		kevät 2020				
vk	pvm	vk	pvm			
33	12.8.-16.8.	5	27.1.-31.1.	6	MA	HÄRKÄVOKKI, RIISI-MONIVILJASEOS, salaatti
39	23.9.-27.9.	11	9.3.-13.3.	7	TI	MANTELIKALA/SITRUUNAINEN KALALEIKE, PERUNASOSE, salaatti
45	4.11.-8.11.	17	20.4.-24.4.	8	KE	JAUHELIHAKASTIKE/NAKKIKASTIKE, PERUNAT, kreikkalainen salaatti
51	16.12.-20.12			9	TO	BROILER-NUUDELIVUOKA, salaatti
				10	PE	HERNEKEITTO, pehmeä leipä, juusto, tuorepala
34	19.8.-23.8.	6	3.2.-7.2.	11	MA	BROILER-RIISIPAISTOS/BROILERPASTAVUOKA, salaatti
40	30.9.-4.10.	12	16.3.-20.3.	12	TI	KASVISPYÖRYKÄT, PERUNAT, salaatti
46	11.11.-15.11.	18	27.4.-1.5.	13	KE	KOULUN OMA, salaatti
				14	TO	LOHIKUSAUS, raejuusto, salaatti, pehmeä leipä
				15	PE	JAUHELIHAKKEITTO/HALAKOPERUNAT, pehmeä leipä, tuorepala
35	26.8.-30.8.	7	10.2.-14.2.	16	MA	PALAPAISTI/POSSUPATA, perunat, lämmin kasvis, salaatti
41	7.10.-11.10.	13	23.3.-27.3.	17	TI	PINAATTIOHUKAISET, ruokaisa salaatti, tuoresose, kananmuna
47	18.11.-22.11.	19	4.5.-8.5.	18	KE	LIHAPYÖRYKÄT/-MUREKE/JAUHELIHAPIUKOT, PERUNAT, ruskea kastike, salaatti
				19	TO	TEX-MEX-VUOKA, salaatti
				20	PE	KALAKEITTO/LOHIKEITTO, ruisleipä, tuorepala
36	2.9.-6.9.	2	6.1.-10.1.	21	MA	LASAGNETTE, salaatti
48	25.11.-29.11.	8	17.-21.2.	22	TI	KALAPIHVI/LOHIPUIKKO, PERUNAT/PERUNASOSE, salaatti
		14	30.3.-3.4.	23	KE	MANNAPUURO/RIISIPUURO, MARJASOSE, grahamlihapiiirakka, tuorepala
		20	11.5.-15.5.	24	TO	PORKKANAPIHVIT, PERUNAT, tsatsikikastike, salaatti
				25	PE	NAKKIKEITTO, ruisleipä, tuorepala/kiisseli
37	9.9.-13.9.	3	13.1.-17.1.	26	MA	MAKARONILAATIKKO, ketsuppi, salaatti
43	21.10.-25.10.	15	6.4.-10.4.	27	TI	UUNIMAKKARA, PERUNASOSE, salaatti
49	2.12.-6.12.	21	18.5.-22.5.	28	KE	BROILERKASTIKE, OHRA, salaatti, mustaherukkahillo
				29	TO	LIMEKALA, PERUNAT, salaatti
				30	PE	KASVISSOSEKEITTO/PINAATTIKEITTO, karjalanpiirakka, munavoi, hedelmä
38	16.9.-20.9.	4	20.1.-24.1.	1	MA	BOLOGNALAINEN JAUHELIHAKASTIKE, PASTA, salaatti
44	28.10.-1.11.	10	2.3.-6.3.	2	TI	UUNILOHI, PERUNASOSE, sitruunakastike, salaatti
50	9.12.-13.12.	16	13.4.-17.4.	3	KE	ÄHTÄRIN PUURO, PUOLUKKAKEITTO, pehmeä leipä, juusto
		22	25.5.-29.5.	4	TO	KINKKUKIUSAUS, salaatti, puolukkasurvos
				5	PE	BROILERKEITTO, pehmeä leipä, tuorepala

Lisäksi tarjolla rasvatonta maitoa/piimää, näkkileipää ja ravintorasvaa