

RUOKALISTA 2020, PERUSKOULUT

MENU 1	MENU 2	MENU 3	MENU 4	MENU 5	MENU 6
MA 13.1,24.2,6.4,18.5	MA 20.1,2.3, 13.4,25.5,	MA 27.1, 9.3,20.4	MA 3.2,16.3,27.4	MA 10.2,23.3,4.5,	MA 17.2,30.3, 11.5
Jauhelihakastike, spagetti Kasvis-linssikastike Porkkanaraaste	Kebab-riisivuoka Kasvis-riisivuoka Kiinankaali-tomaattisalaatti Kauden hedelmä	Makkaravuoka Quorn-kasvisvuoka Jäävuori-hernesalaatti Ketsuppi	Lasagnette Kasvislasagnette Maustekurkkuviipale Jäävuorisalaatti	Siskonmakkarakeitto Soijamakkarakieitto Tuorekurkku Leipävalikoima	Broilerikastike Ratatouille Riisi Mustaherukkahillo Jäävuori-retiisialaatti
TI 14.1,25.2,7.4, 19.5,	TI 21.1,3.3,14.4, 26.5,	TI 28.1,10.3,21.4	TI 4.2,17.3, 28.4,	TI 11.2,24.3,5.5	TI 7.1, koulu alkaa ,18.2,31.3,12.5
Kahden kalan kastike Peruna Ruisleipä Punajuuriviipale Jäävuorisalaatti Siemensekoitus	Kirjolohikeitto L Paprikasuikale Ruisleipä Paahdettu sipuli Annos banaani	Lihapyörykät Kasvispihvit Kastike Perunat Porkkana-lantturaaste	Seikalakeitto Porkkanapölkky Ruisleipä Mangokiisseli	Kalkkunaohratto Kasvisohratto Jäävuori-persikkasalaatti Kauden hedelmä	Kirjolohikiusaus Punajuorisalaatti Jäävuorisalaatti
KE 15.1, 26.2,8.4,20.5,	KE 22.1,4.3,15.4,27.5,	KE 29.1, 11.3,22.4,	KE 5.2,18.3,29.4	KE 12.2,25.3,6.5,	KE 8.1,19.2,1.4,13.5,
Riisipuuro Kinkkuleike (Juusto) Leipävalikoima Tuoremarjakiisseli	Sianliha-perunalaatikko Kesäkurpitsa- perunalaatikko Punajuurikuutio Jäävuorisalaatti Papumix	Mannavelli Juusto Vesimelonikolmio Leipävalikoima	Broileripasta Kasvis-kookospasta Punakaali-omenasalaatti Ketsuppi	Kalapihvit Perunaa Kermaviilikastike Punajuurikuutio Jäävuorisalaatti Ruisleipä	Hernekeitto Kasvishernekeitto Mandariini Ruisleipä Sinappi
TO 16.1, 27.2,9.4,21.5,	TO 23.1,5.3,16.4,28.5	TO 30.1, 12.3,23.4,	TO 6.2,19.3,30.4	TO 13.2,26.3,7.5,	TO 9.1,20.2,2.4,14.5,
Uunimakkara Soijamakkara Perunasose L Kaalirouhe-ananassalaatti	Pinaattiohukaiset Kermaperunat Puolukkahillo Porkkanaraaste	Kalaleike Kermaviilikastike Perunasose Kaalirouhe-appelsiinialaatti	Nakkikastike Kikherne-kasviscurry Perunaa Parsakaalia Porkkanaraaste Kurpitsapikkelssi	Jauhelihamakaroni-laatikko Soijamakaronilaatikko Porkkanaraaste Ketsuppi	Karjalanpaisti Feta-karjalanpaisti Perunaa Porkkanakuutio Tomaatti
PE 17.1, 28.2,10.4,22.5,	PE 24.1,6.3,17.4,29.5 koulu loppuu	PE 31.1,13.3,24.4,	PE 7.2,20.3,1.5,	PE 14.2,27.3,8.5,	PE 10.1, 21.2,3.4,15.5,
Lempeä broilerikeitto Lempeä kasviskeitto Tuorekurkku Leipävalikoima	Broileria mangokastikkeessa, Quornia mangokastikkeessa Ohrhelmi Porkkanakuutio Kaalimustaherukka-salaatti	Pinaattikeitto Kananmuna Tomaatti Ruisleipä	Kasvisseikeitto Juusto Tomaatti Leipävalikoima	Perunavelli Makkaraleikkele (juusto) Paprika Leipävalikoima	Ohrsuurimopuuro Mehukeitto Kalkkunaleikkele(juusto) Omenalohkot Leipävalikoima

