

**RUOKALISTA 2024 - 2025**  
**KOULUT VIIKKO 1/6**

MAANANTAI	POSSUKASTIKE L, K Tofukastike M, G, K - keitetyt perunat - kaali + persikkasalaatti
TIISTAI	MERELLINEN PASTAVUOKA L, K Punajuuri-Aurapastavuoka L, K - herneet - kiinankaali + salaattisekoitus + hunajamelonikuutiosalaatti
KESKIVIIKKO	KAURAHELMIPUURO L, G, K - mustikkakiisseli M, G, K - rouheruisviipaleet M, K - kalkkunaleikkele M, G, K - juurespala
TORSTAI	LIHAPYÖRYKÄT M, K Kasvisjauhispörykät M, G, K - perunasose L, G - jenkki + tomaatti + kesäkurpitsasuikalesalaatti
PERJANTAI	BROILERIKIUSAUS L, G, K Härkis-juuresvuoka L, G, K - höyrytetty maissi - porkkanaraaste

Aterioilla tarjolla lisäksi ruokajuoma, leipä, ravintorasva. Tuotteita koskevat tiedot ovat saatavilla henkilökunnalta.

**Tarjoamme ruuissamme vain suomalaista lihaa.**

M=maidoton, L=laktoositon, G=gluteeniton, K= kananmunaton

## RUOKALISTA 2024 - 2025 KOULUT VIIKKO 2/6

MAANANTAI	BROILERIKEITTO M, G, K TOFU-CURRYKEITTO L, G, K - kaurapalat M, K - jääsalaatti - hedelmäpalat
TIISTAI	UUNIMAKKARA M, G, K KASVISNAKIT M, G, K - perunasose L, G - salaattisekoitus - tomaatti - suolakurkkukuutiot
KESKIVIIKKO	KASVISSOSEKEITTO L, G, K - riisipiirakka L, K - kurkkuviipaleet - polar sulatejuusto L, G, K - siemensekoitus
TORSTAI	SITRUUNAINEN KALAKASTIKE L, G, K MIFUKASTIKE L, G, K - keitetyt perunat - jenkki-suikale + kesäkurpitsasuikalesalaatti - punajuurikuutiot
PERJANTAI	JAUHELIHA-PERUNASOSELAATIKKO M, G, K HÄRKÄPAPU-PERUNASOSELAATIKKO M, G, K - höyrytetyt porkkanaviipaleet - kiinankaali + mandariinisalaatti

Aterioilla tarjolla lisäksi ruokajuoma, leipä, ravintorasva  
Tuotteita koskevat tiedot ovat saatavilla henkilökunnalta.

**Tarjoamme ruuissamme vain suomalaista lihaa.**

M=maidoton, L=laktoositon, G=gluteeniton, K= kananmunaton

## RUOKALISTA 2024 - 2025 KOULUT VIIKKO 3/6

MAANANTAI	LIHAKEITTO M, G, K METSÄSIENIKEITTO L, K - ruisruutu M, K - kurkkuviipaleet - kukkakaalipalat
TIISTAI	PORKKANAPIHVIT M, G, K - perunasose L, G - juusto-vihannesalaatti L, G, K
KESKIVIKKO	JAUHELIHA-MAKARONIVUOKA M, K SOIJAROUHE-MAKARONIVUOKA M, K - höyrytetyt sadonkorjuukasvikset - kaali + porkkana + ananasmurskasalaatti
TORSTAI	TORTILLAT M, K BROILERITÄYTE M, G, K HÄRKISTÄYTE M, G, K - salaattisekoitus + kurkkukuutio + tomaattisalaatti - punasipuli - salsakastike - thousand island-kastike
PERJANTAI	KALAKEITTO L, G, K TOMAATTI-LINSSIKEITTO L, G, K - ruiseväs M, K - maksamakkara M, G, K - paprikasuikaleet

Aterioilla tarjolla lisäksi ruokajuoma, leipä, ravintorasva  
Tuotteita koskevat tiedot ovat saatavilla henkilökunnalta.

**Tarjoamme ruuissamme vain suomalaista lihaa.**

M=maidoton, L=laktoositon, G=gluteeniton, K= kananmunaton

**RUOKALISTA 2024 - 2025**  
**KOULUT VIKKO 4/6**

MAANANTAI	JAUHELIIHAKASTIKE M, K SOIJAROUHEKASTIKE M, G, K - keitetty spagetti M, K - jenkki + persikkasalaatti
TIISTAI	OHRAPUURO L, K - marjakiisseli M, G, K - ruiseväs M, K - saunapalvikinkkuviipaleet M, G, K - kurkkuviipaleet
KESKIVIIKKO	LOHIMUREKEPIHVIT M, G, K TALON KASVISPIHVIT L, G, K - keitetyt perunat - kermaviilikastike L, G - salaattisekoitus - tomaattikuutiot - punajuuriviipaleet
TORSTAI	KANAKASTIKE L, K PAPUSTROGANOFF M, G, K - höyrytetty kaurahelmi M, G, K - kiinankaali + ananas + paprikakuutiosalaatti - mustaherukkahillo
PERJANTAI	LINSSI-LASAGNETTE M, K - höyrytetty papumix - jenkkisuikale - kurkkusuikaleet

Aterioilla tarjolla lisäksi ruokajuoma, leipä, ravintorasva  
Tuotteita koskevat tiedot ovat saatavilla henkilökunnalta.

**Tarjoamme ruuissamme vain suomalaista lihaa.**

M=maidoton, L=laktoositon, G=gluteeniton, K= kananmunaton

**RUOKALISTA 2024 - 2025**  
**KOULUT VIKKO 5/6**

MAANANTAI	NAKKIKASTIKE M, K MEEAT-NAKKIKASTIKE M, K - keitetyt perunat - kaali + punakaali + ananassalaatti
TIISTAI	JAUHELIIHAKUITTO M, G, K SOIJAROUHEKEITTO M, G, K - ruispyörö M, K - jääsalaatti - hedelmäpalat
KESKIVIikko	KANAPASTA L, K KASVISPASTAVUOKA L, K - kiinankaalisuikale + hunajameloni + paprikamixsalaatti - mustaherukkahillo
TORSTAI	KALAPUIKOT M, K KASVISKEPUKAT M, G, K - perunasose L, - punajuurisalaatti L, G - salaattisekoitus
PERJANTAI	HÄRKISBOLOGNESE M, G, K - kolmenväripasta M, K - rouheruisviipaleet M, K - porkkanaraaste

Aterioilla tarjolla lisäksi ruokajuoma, leipä, ravintorasva.  
Tuotteita koskevat tiedot ovat saatavilla henkilökunnalta.

**Tarjoamme ruuissamme vain suomalaista lihaa.**

M=maidoton, L=laktoositon, G=gluteeniton, K= kananmunaton

**RUOKALISTA 2024 - 2025**  
**KOULUT VIKKO 6/6**

MAANANTAI	TÄYTELÄINEN KANAKEITTO L, G, K TÄYTELÄINEN KASVISKEITTO M, G, K - ruispyörö M, K - kurkkuviipaleet - lanttupalat
TIISTAI	SADONKORJUUN LIHAPATA M, G, K SADONKORJUUN MIFUPATA M, G, K - keitetyt perunat - jenkkisuikale + omena + paprikakuutiosalaatti
KESKIVIIKKO	PINAATTIOHUKAISET L - perunasose L, G - porkkanaraaste - raejuusto L - puolukkahillo
TORSTAI	HERNEKEITTO M, G, K SOIJAROUHE-HERNEKEITTO M, G, K - ruiseväs M, K - edam-juustoviipaleet L - tomaattiviiipaleet
PERJANTAI	KIRJOLOHIKIUSAUS L, G, K TARHURINPAISTOS L, G, K - höyrytetty papu-porkkanamix - punajuurikuutiot - salaattisekoitus

Aterioilla tarjolla lisäksi ruokajuoma, leipä, ravintorasva. Tuotteita koskevat tiedot ovat saatavilla henkilökunnalta.

**Tarjoamme ruuissamme vain suomalaista lihaa**

M=maidoton, L=laktoositon, G=gluteeniton, K= kananmunaton