

RUOKALISTA 2025 - 2026
KOULUT VIIKKO 1/6

MAANANTAI	JAUHELHAKASTIKE M, K Soijarouhekastike M, G, K - keitetyt perunat - salaattisekoitus + persikkasalaatti
TIISTAI	KAURAHMIPUURO L, G, K - mustikkakiisseli M, G, K - rouheruisviipaleet M, K - kalkkunaleikkele M, G, K - juurespala
KESKIVIikko	MERELLINEN PASTAVUOKA L, K Punajuuri-Aurapastavuoka L, K - herneet - kaali + punakaali+kurpitsapikkelssisalaatti
TORSTAI	LIHAPYÖRYKÄT M, K Pinaatti-raejuustonapit L, G, K - perunasose L, G - porkkanaraaste
PERJANTAI	BROILERIKEITTO M, G, K TOFU-CURRYKEITTO L, G, K - kaurapalat M, K - jääsalaatti - hedelmäpalat

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 2025 - 2026
KOULUT VIIKKO 2/6

MAANANTAI	PASTA-BOLOGNSEPAISTOS M, K PERUNA-KAURAJAUHISVUOKA L, G, K - höyrytetyt porkkanaviipaleet - kaali + ananassalaatti
TIISTAI	UUNIMAKKARA M, G, K KASVIS-PAPUKROKETIT M, G, K - perunasose L, G - salaattisekoitus + tomaatti
KESKIVIIKKO	BROILERIKIUSAUS L, G, K Jauhis-juuresvuoka L, G, K - höyrytetty maissi - porkkanaraaste
TORSTAI	SITRUUNAINEN KALAKASTIKE L, G, K MIFUKASTIKE L, G, K - keitetyt perunat - jäävuorisalaatti + kesäkurpitsasalaatti - punajuurikuutiot
PERJANTAI	KASVISSOSEKEITTO L, G, K - riisipiirakka L, K - keitetty kananmuna - kurkkuviipaleet - siemensekoitus

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 2025 - 2026
KOULUT VIKKO 3/6

MAANANTAI	JAUHELIHAKEITTO M, G, K JAUHISKEITTO M, G, K - rouheruisviipaleet M, K - polar sulatejuusto L, G, K - kurkkuviipaleet - hedelmäpalat
TIISTAI	PORKKANAPIHVIT M, G, K - perunasose L, G - jäävuorisalaatti - tomaatti - herne
KESKIVIIKKO	JAUHELIHA-MAKARONIVUOKA M, K SOIJAROUHE-MAKARONIVUOKA M, K - höyrytetyt sadonkorjuukasvikset - kaali + porkkana + ananassalaatti
TORSTAI	TORTILLAT M, K BROILERITÄYTE M, G, K HÄRKISTÄYTE M, G, K - salaattisekoitus + kurkku + 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 2025 - 2026
KOULUT VIKKO 4/6

MAANANTAI	JAUHELIHAKASTIKE M, K SOIJAROUHEKASTIKE M, G, K - keitetty spagetti M, K - jäävuorisalaatti + persikkasalaatti
TIISTAI	PINAATTIOHUKAISET L - perunasose L, G - porkkanaraaste - puolukkahillo
KESKIVIIKKO	KANAKASTIKE L, K PAPUSTROGANOFF M, G, K - höyrytetty kaurahelmi M, G, K - jäävuorisalaatti + ananas + hernesalaatti - mustaherukkahillo
TORSTAI	KALAKIUSAUS L, G, K TARHURINPAISTOS L, G, K - höyrytetty papu-porkkanamix - punajuurikuutiot - salaattisekoitus
PERJANTAI	OHRAPUURO L, K - marjakiisseli M, G, K - ruiseväs M, K - saunapalvikinkkuviipaleet M, G, K - kurkkuviipaleet

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 2025 - 2026
KOULUT VIKKO 5/6

MAANANTAI	NAKKIKASTIKE M, K MEEAT-NAKKIKASTIKE M, K - keitetyt perunat - kaali + punakaali + ananassalaatti
TIISTAI	KASVISSOSEKEITTO L, G, K - raejuusto L - ruisruutu M, K - jääsalaatti - hedelmäpalat
KESKIVIIKKO	KANAPASTA L, K KASVISPASTAVUOKA L, K -jäävuorisalaatti + paprikamixsalaatti
TORSTAI	KALAPUIKOT M, K KASVISKEPUKAT M, G, K - perunasose L, - punajuorisalaatti 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 2025 - 2026
KOULUT VIKKO 6/6

MAANANTAI	TÄYTELÄINEN KANAKEITTO L, G, K TÄYTELÄINEN KASVISKEITTO M, G, K - ruispyörö M, K - kurkkuviipaleet
TIISTAI	JAUHELIHA-KASVISKASTIKE M, K TOMAATTI-LINSSIKASTIKE L, K - keitetyt perunat - jäävuorisalaatti + omena + paprikakuutiosalaatti
KESKIVIIKKO	LINSSI-LASAGNETTE M, K - höyrytetty maissi - porkkanaraaste
TORSTAI	HERNEKEITTO M, G, K SOIJAROUHE-HERNEKEITTO M, G, K - ruiseväs M, K - edam-juustoviipaleet L - tomaattiviipaleet
PERJANTAI	LOHIMUREKEPIHVIT M, G, K TALON KASVISPIHVIT L, G, K - keitetyt perunat - kermaviilikastike L, G - jäävuorisalaatti + kesäkurpitsasalaatti - punajuuriviipaleet

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