

KOULUJEN, ESIKOULUJEN JA PÄIVÄKOTIEN RUOKALISTA 2019

		vk20	vk21	vk22
MA	Aamupala Esikoulu/Pk	Kaurapuuro, leipä, maito, juusto, tuorepala	Kaurapuuro, leipä, maito, juusto, tuorepala	Kaurapuuro, leipä, maito, juusto, tuorepala
MA	Lounas Kasvis Esikoulu/Pk Välipala	SEI-LOHIKEITTO KUKKAKAALI-PERUNASOSEKITTO Hedelmä Sämpylä tai vuokaleipä Viili, leipä, maito, juusto, kurkku	BOLOGNAISEKASTIKE VEGEBOLOGNAISE Spagetti Rapea-persikka-porkkanasalaatti Jogurtti, leipä, maito, juusto, kurkku	JAUHELIHA-MAKAROONILAATIKKO KASVIS-MAKAROONIVUOKA Rapea-kurkku-cantaloupe Viili, leipä, maito juusto, kurkku
TI	Aamupala Esikoulu/Pk	Ruishiutalepuuro, leipä, maito, juusto, tuorepala	Ruishiutalepuuro, leipä, maito, juusto, tuorepala	Ruishiutalepuuro, leipä, maito, juusto, tuorepala
TI	Lounas Kasvis Esikoulu/Pk Välipala	JAUHELIHALASAGNETTE KASVISLASAGNETTE Jäävuori-salaattisekoitus- ananassalaatti Hedelmäpuuro, juusto, paprika, leipä, maito	KALAPUIKOT VEGEPUIKOT Jogurttikastike Perunasose Porkkana-papukasvikset Jäävuori/tomaatti erikseen Hedelmärahka, leipä, maito, paprika	LIHA-KASVISKEITTO KASVIS-QUORNKEITTO Sämpylä tai vuokaleipä Tomaattiviipaleet Riisipiirakka, maito, juusto, paprika
KE	Aamupala Esikoulu/Pk	Vehnähiutalepuuro, leipä, maito, juusto, tuorepala	Vehnähiutalepuuro, leipä, maito, juusto, tuorepala	Vehnähiutalepuuro, leipä, maito, juusto, tuorepala
KE	Lounas Kasvis Esikoulu/Pk Välipala	KINKKUKIUSAUS VÄLIMEREN UUNIVUOKA Rapea-porkkana-mandariini Mansikka-raparperikiisseli, porkkana, maito, leipä	PINAATIKKEITTO Kananmuna Sulatejuusto Tomaattiviipaleet Ruisleipä Vadelmakiisseli, leipä, maito, juusto, porkkana	LOHIMUREKEPIHVI KASVISPIHVI Perunasose Aurinkokasvis Kiinankaali-jäävuori-kurkku- persikkasalaatti Mustikkarahka, leipä, maito, porkkana
TO	Aamupala Esikoulu/Pk	Neljänviljanpuuro, leipä, maito, juusto, tuorepala	Neljänviljanpuuro, leipä, maito, juusto, tuorepala	
TO	Lounas Kasvis Esikoulu/Pk Välipala	BROILERI-KASVISKEITTO PORKKANA-LINSSISOSEKITTO Ruisleipä Kurkkuviipaleet Ohukaiset ja hillo, juusto, tomaatti,	RIISTAKIUSAUS KASVIS-GUORNKIUSAUS Porkkanaraaste Puolukkasurvos Marjasalaatti, juusto, tomaatti	HELATORSTAI
PE	Aamupala Esikoulu/Pk	Ohrahiutalepuuro, leipä, maito, juusto, tuorepala	Ohrahiutalepuuro, leipä, maito, juusto, tuorepala	Ohrahiutalepuuro, leipä, maito, juusto, tuorepala Ohrahiutale
PE	Lounas Kasvis Esikoulu/Pk Välipala	JAUHELIHAPIHVIT KASVISPIHVIT Perunasose Puutarhurin kasvissekoitus Jäävuori-kurkkuinen salaatti Marjat ja vaniljakastike, maito, leipä	NAKKI-KASVISKEITTO KASVIMAKKARAKEITTO Sämpylä tai vuokaleipä Porkkana, kurkkuviipaleet Boysenmarjakiisseli, maito, leipä, salaatinlehti	RIISIPUURO Mansikkakiisseli Leikkele Kurkkuviipaleet Ruisleipä Marjakiisseli, maito, leipä, salaatinlehti
LA				JÄÄTELÖ
				RENTOUTTAVAA KESÄLOMAA!! 