



Ruokalistat ajalla 26.9-6.11.2022.

Päiväkodit, alakoulut, yläkoulu ja lukio

* Kasvivaihtoehto yläkoulu ja lukio

** Kasvisvaihtoehto kaikilla kouluilla

vk	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
39 26-30.9.	Broilerikastiketta L Moniviljariisiä Salaattia * Mifusuikalekastiketta	Lohikeittoa L, G Tuore palaa Tuoretta leipää * Kasviskeittoa	Jauheliha-perunaviipale- laatikkoa M,G Lämmintä kasvislisäkettä Kurkkusalaattia Porkkanaraastetta ** Mifu-kasviskiusausta Kaakaota ja pullaa	Broilerikeitto M, G Tuorepalaa Sämpylää * Quornkasviskeittoa	Jauhelihakastiketta M Spagettia Salaattia * Härkis-kasviskastiketta
40 3-7.10.	Kinkkukiusausta L, G Lämmintä kasvista Salaattia * Kasviskiusausta	Nakkikastiketta M Perunoita Salaattia * Kasvis-nakkikastiketta	Ohraryynipuuroa Mansikkakiisseliä Leikkelettä Tuorepalaa Tuoretta leipää	 Broilerilasagnettoa L Salaattia ** Kasvislasagnettoa L	Mantelikalaa L Perunasosetta L, G Salaattia ** Kasvispihvejä
41 10-14.10.	Maksalaatikkoa L Perunoita Valkokastiketta L Salaattia ** Kaalilaatikkoa	Juustoista kalakeittoa L,G Tuore palaa Tuoretta leipää Hedelmä * Juustoista kasviskeittoa	Satakunta lautasella- päivä Pinaatti- raejuustonappeja M Perunasosetta L, G Punajuurisalaattia	Jauheli hagulassikeittoa M, G Tuore palaa Omenaa Tuoretta leipää * Soija-kasviskeittoa	Lihapyörykkäkastiketta M Perunoita Salaattia ** Kasvispyöryköitä
42 17-21.10.	Kasvislasagnettoa L Lämmintä kasvislisäkettä Salaattia	Kanakeittoa M, G Tuore palaa Tuoretta leipää * Kasvis-kookoskeittoa	<i>Tulkkilan toiveruokapäivä</i>	Hernekeittoa M, G Tuorepalaa Tuoretta leipää * Kasvishernekeittoa	Situunaista kalalekettä L Perunoita Kermaviilikastiketta L, G Salaattia ** Kasvis-papukroketteja
43	<h1>Syysloma</h1>				
44 31.10-4.11.	Kalkkunapastakastiketta L Kierremakaronia Lämmintä kasvislisäkettä Salaattia * Sojarouhekastiketta	Jauheli hakeittoa L, M Tuore palaa Sämpylää * Kasviskeittoa	 Pinaattihukaisia L Perunasosetta L, G Salaattia	Kalakeittoa L, G Tuore palaa Tuoretta leipää * Bataatti-porkkanakeittoa	Jauheliha-nuudeli vuoka L Salaattia ** Nuudeli-soijavuokaa

Kaikilla aterioilla tarjotaan ruokajuomana maito, piimä (vesi) sekä näkkileipä ja levite. Tuoreleipä on erikseen mainittu.

Pidätämme oikeudet muutoksiin.