

Koulujen ruokalista, SYKSY 2024 / 2
 21.10. - 27.12.2024

Viikko	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
43	21.10.2024	22.10.2024	23.10.2024	24.10.2024	25.10.2024
	Lasagneeta LA Kasvis-härkisvuokaa LA, * Jäävuorisalaattia MA, G Kurkkukuutioita MA, G Oliveja MA, G Kurpitsaleipää Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luomumaitoa	Kasvissekeittoa LA, G Raejuustoa LA, G Grahamlihapiairakkaa LA Perunaa MA, G Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito Banaania	Broilervililokkia MA Kookosmifua LA, G, * Ohrahelmiä MA Kurpitsasalaattia MA, G Porkkanaraastetta MA, G Punajuuri-omenaraastetta MA, G Jäävuorisalaattia MA, G Maissia MA, G Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito	Itämeren kalapihvejä LA, G Mexican kasvispihvejä LA, G, * Sitruuna-tillikastiketta LA, G Perunaa MA, G Punajuuri-omenaraastetta MA, G Jäävuorisalaattia MA, G Luomu ruisleipää MA Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luomumaitoa	Tortillaa MA Chili con polloa, MA, G Chili sin carnea MA, G, * Jäävuorisalaattia MA, G Tomaattikuutioita MA, G Kurkkusuikaleita MA, G Salaattijuustoa LA, G Jalapenoja MA, G Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito
44	28.10.2024	29.10.2024	30.10.2024	31.10.2024	01.11.2024
	Jauhelihapastapaistosta LA Kreikkalaista kiusausta LA, G, * Jäävuorisalaattia MA, G Vesimelonikolmioita MA, G Kurkkukuutioita MA, G Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito	Makkarakastiketta MA Nyhtökaurastroganoffia, G, MA, VEG, * Perunaa MA, G Kukkakaali-kurkku-ananassalaattia MA, G Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito	Lohiperunavuokaa LA, G Voimapapuspeltillasagneeta LA, * Kaaliraastetta MA, G Tillikurkkua MA, G Punajuuri-omenaraastetta MA, G Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luomumaitoa Luomu ruispaleleipää	Kalkkunakastiketta LA, G Tomaattista herne-kasviskastiketta, MA, G, * Perunaa MA, G Porkkanaraastetta MA, G Kurkkusuikaleita MA, G Herneitä MA, G Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito	Juusto-broilerkeittoa LA, G Juustoista hermesosekeittoa LA, G, * Paprikaa MA, G Kurkkuviipaleita MA, G Kaurainen sämpylä MA Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luomumaitoa Omenaa
45	04.11.2024	05.11.2024	06.11.2024	07.11.2024	08.11.2024
	Butter chicken LA, G Papu-iustokastiketta LA, G, * Ohrahelmiä MA Jäävuorisalaattia MA, G Punakaaliraastetta MA, G Persikkaa MA, G Ruissämpylää MA Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luomumaitoa	TexMexvuokaa LA, G Kasvismakaronilaatikkoa LA, * Jäävuorisalaattia MA, G Maissia MA, G Paprikakuutioita MA, G Jalapenoja MA, G Nacholastuja MA, G Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito	Spelttihelmpuuroa Kuningatarhilloketta MA, G Leikkelettä, kinkku MA, G Juustoa, Edam LA, G Kurkkupölkkyjä MA, G, Porkkanapölkkyjä MA, G Perunalimppua MA Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luomumaitoa	Rapeita kalapyörköitä G,LA Punajuuri-öyrköitä MA, G, * Kermaviilikastiketta LA, G Perunaa MA, G Porkkanaraastetta MA, G Salaattisekoitusta MA, G Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito	Jauhelihakeittoa MA, G Kesäkeittoa, LA, G, * Paprikaa MA, G Kurkkuviipaleita MA, G Ruisräppi leipää MA Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luomumaitoa Ruismuru-mustikkapaistosta MA Vaniljakastiketta LA, G
46	11.11.2024	12.11.2024	13.11.2024	14.11.2024	15.11.2024
	Mausteista jauhelihakastiketta, MA Quorn-boloonesekastiketta MA, G, * Spaettia MA Jäävuorisalaattia MA, G Kurkkukuutioita MA, G Herneitä MA, G Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito	Cappellaistosta LA Intialaista kaalivuokaa MA, * Jäävuorisalaattia MA, G Tomaattiviipaleita MA, G Marinoitua punasiipulia MA, G Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito	Lohikeittoa LA, G Tomaattikeittoa MA, G, * Kurkkuviipaleita MA, G Pehtoorin perunalimppua MA Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luomumaitoa Mandariinia	Uunimakkaraa MA, G Mustamakkaraa LA Pinaattiohukaisia LA, * Kasvisnukkeja, MA, G, * Perunasosetta LA, G Kaaliraastetta MA, G Paprikakuutioitosekoitusta MA, G Kurkkusalaattia MA, G Puolukkasurvosta MA, G Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luomumaitoa	Häkäwokkia MA, G Kasviscurrya MA, G, * Kauralisäketta, MA, G Porkkanaraastetta MA, G Salaattisekoitusta MA, G Tomaattiloikkoa MA, G Perunalimppua MA Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luomumaitoa
47	18.11.2024	19.11.2024	20.11.2024	21.11.2024	22.11.2024
	Makaronilaatikkoa LA VegeTexMexvuokaa MA, * Jäävuorisalaattia MA, G Tomaattikuutioita MA, G Kurkkukuutioita MA, G Nacholastuja MA, G Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito	Kalakeittoa LA, G Juusto-kasviskeittoa LA, G, * Keitettyä kananmunaa MA, G Maustekurkkuviipaleita MA, G Pehtoorin perunalimppua MA Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luomumaitoa Omenaa	Jauhelihakastiketta MA Kasvisboloonesea Mifu LA, G, * Puutarhurinkasvissekoitusta MA, G Perunaa MA, G Jäävuorisalaattia MA, G Tomaattiloikkoa MA, G Kurkkupölkkyjä MA, G Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito	Hernekeittoa MA, G Juuressekeittoa LA, G, * Juustoa, Kerma LA, G Kurkkuviipaleita MA, G Luomu ruisleipää MA Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luomumaitoa Pannukakkua Mansikkasurvosta MA, G	Lihapyörköitä MA Kasvispyörköitä MA, * Pippurikastiketta LA, G Perunaa MA, G Porkkanaraastetta MA, G Jäävuorisalaattia MA, G Puolukkasurvosta MA, G Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito

Lisäksi tarjolla salaattinkastiketta, luomu varrasnäkkileipää ja rasvatonta piimää.

LA - laktoositon
 MA - maidoton
 G - gluteeniton
 * - kasvisvaihtoehto
 - sydänmerkkiateria

Käyttämämme lihat ovat alkuperältään suomalaisia. Käyttämässämme lihavalmisteissa lihan alkuperä on Suomi, lukuun ottamatta mustamakkaraa, jonka lihan alkuperämaa on EU.



Koulujen ruokalista, SYKSY 2024 / 2
21.10. - 27.12.2024

Viikko	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
--------	-----------	---------	-------------	---------	-----------

Koulujen ruokalista, SYKSY 2024 / 2
 21.10. - 27.12.2024

Viikko	Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
48	25.11.2024	26.11.2024	27.11.2024	28.11.2024	29.11.2024
	Broilerviilokkia MA Kookosmifua LA, G, * Ohrahelmiä MA Porkkanaraastetta MA, G Kurkkusuikaleita MA, G Maissia MA, G Mustaherukkahilloa MA, G Ruisleipä, näkkileipä, marqariini, luomumaito	Kasvissosekeittoa LA, G Raejuustoa LA, G Grahamliahapiirakkaa LA Porkkana-grahampiirakka MA, * Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito Banaania	Lasagnettea LA Kasvis-härkisvuokaa LA, * Jäävuorisalaattia MA, G Kurkkukuutioita MA, G Salaattijuustoa LA, G Oliiveja MA, G Ruisleipä, näkkileipä, marqariini, luomumaito	Itämeren kalapihvejä LA, G Mexican kasvispihvejä LA, G, * Sitruuna-tillikastiketta LA, G Perunaa MA, G Punajuuri-omenaraastetta MA, G Jäävuorisalaattia MA, G Luomu ruisleipää MA Näkkileipää, marqariinia, rasvatonta luomumaitoa	Ajankohtaista Pikkujoulu  Riisipuuroa G Rusinakeittoa MA, G Kaneli-sokeria MA, G Leikkelettä, kalkkuna MA, G Juustoa, Kerma LA, G, * Kurkkuviipaleita MA, G Joululimpua Näkkileipää, marqariinia, rasvatonta luomumaitoa Omenaa
49	02.12.2024	03.12.2024	04.12.2024	05.12.2024	06.12.2024
	Jauhelihapastapaistosta LA Kreikkalaista kiusausta LA, G, * Jäävuorisalaattia MA, G Vesimelonikolmioita MA, G Kurkkukuutioita MA, G Ruisleipä, näkkileipä, marqariini, luomumaito	Makkarakastiketta MA Nyhtökaurastroqanoffia, G, MA, VEG, * Perunaa MA, G Kukkakaali-kurkku-ananassalaattia MA, G Ruisleipä, näkkileipä, marqariini, luomumaito	Lohiperunavuokaa LA, G Voimapapuspelttilasaqnettea LA, * Kaaliraastetta MA, G Punajuuriukuutioita MA, G Tillikurkkua MA, G Ruisleipä, näkkileipä, marqariini, luomumaito	Jauhelihapihvejä MA, G Kasvispihvejä MA, G, * Kermaperunoita LA, G Salaattisekoitusta MA, G Kurkkusuikaleita MA, G Paprikakuutioisekoitusta MA, G Kurpitsasalaattia MA, G Perunarieskaa LA Näkkileipää, marqariinia, rasvatonta luomumaitoa Mansikkakiisseliä MA, G	Ajankohtaista Itsenäisyyspäivä 
50	09.12.2024	10.12.2024	11.12.2024	12.12.2024	13.12.2024
	Savukanakiusausta LA, G Härkis-nacho-pastavuokaa MA, VEG, * Jäävuorisalaattia MA, G Kurkkusuikaleita MA, G Mandariinilohkoja MA, G Ruisleipä, näkkileipä, marqariini, luomumaito	Ohrapuuroa Mustikkakeittoa MA, G Leikkelettä, kalkkuna MA, G Juustoa, Edam LA, G Kurkkuviipaleita MA, G Luomu ruispalaleipää Näkkileipää, marqariinia, rasvatonta luomumaitoa	Butter chicken LA, G Manqomifua L, G, * Ohrahelmiä MA Jäävuorisalaattia MA, G Tomaattikuutioita MA, G Kurkkukuutioita MA, G Ruisleipä, näkkileipä, marqariini, luomumaito	Rapeita kalapyrvyköitä G, LA Kasvis-lalapenonuuqetteja MA, G, * Kermaviilikastiketta LA, G Perunaa MA, G Porkkanaraastetta MA, G Salaattisekoitusta MA, G Punajuuriviipaleita MA, G Ruisleipä, näkkileipä, marqariini, luomumaito	Jauhelihakaalikeittoa MA, G Kesäkeittoa, LA, G, * Paprikaa MA, G Kurkkuviipaleita MA, G Ruissämpylää MA Näkkileipää, marqariinia, rasvatonta luomumaitoa Kauramuru-omenapaistosta MA Vaniljakastiketta LA, G
51	16.12.2024	17.12.2024	18.12.2024	19.12.2024	20.12.2024
	Mausteista jauhelihakastiketta, MA Ouorn-boloqnesekastiketta MA, G, * Spaqettia MA Jäävuorisalaattia MA, G Kurkkusuikaleita MA, G Herneitä MA, G Ruisleipä, näkkileipä, marqariini, luomumaito	Cappelipaistosta LA Intialaista kaalivuokaa MA, * Jäävuorisalaattia MA, G Tomaattiviipaleita MA, G Marinoitua punasiipulia MA, G Ruisleipä, näkkileipä, marqariini, luomumaito	Lohikeittoa LA, G Talvipäivän kasviskeittoa MA, G, * Kurkkuviipaleita MA, G Pehtoorin perunalimpua MA Näkkileipää, marqariinia, rasvatonta luomumaitoa Mandariinia	Ajankohtaista Jouluaateria  Kalkkunaa MA, G Kylmäsavutofua GL, MA, * Roseeippurikastiketta LA, G Perunaa MA, G Porkkanalaatikkoa LA, G Herneitä MA, G Kurkku-tuoresalaattia MA, G Persikkaa MA, G Rosollia MA, G Pipareita	Riisipuuroa G Rusinakeittoa MA, G TAI Kaneli-sokeria MA, G Juustoa, Edam LA, G Kurkkuviipaleita MA, G Joululimpua Näkkileipää, marqariinia, rasvatonta luomumaitoa Omenaa
	Lisäksi tarjolla salaatinkestiketta, luomu varrasnäkkileipää ja rasvatonta piimää. LA - laktoositon MA - maidoton G - gluteeniton * - kasvisvaihtoehto  - sydänmerkkiateria				HYVÄÄ JOULUA! 
	Käyttämämme lihat ovat alkuperältään suomalaisia. Käyttämässämme lihavalmisteissa lihan alkuperä on Suomi, lukuun ottamatta mustamakkaraa, jonka lihan alkuperämaa on EU.				