

**Koulujen ruokalista, Kevät 2025 / 2**

17.3. - 1.6.2025

Viikko

**12 MAANANTAI 17.03.2025**

Makkarakastiketta MA   
 Nyhtökaurastroganoffia, G, MA, VEG  
 Perunaa MA, G  
 Kukkakaali-kurkku-ananassalaattia MA, G  
 Jäävuorisalaattia MA, G  
 Kurkkusuikaleita MA, G  
 Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito

**TIISTAI 18.03.2025**

Lindströmin pihvejä MA, G  
 Porkkananappeja, M, G, K, VEG, \*  
 Perunaa MA, G  
 Ruskeaa kastiketta LA, G  
 Jäävuorisalaattia MA, G  
 Kurkkukuutioita MA, G  
 Tomaattikuutioita MA, G  
 Maustekurkkuviipaleita MA, G  
 Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito


**KESKIVIIKKO 19.03.2025**

Lohiperunavuokaa LA, G  
 Voimapapuspeltilasagnetta LA, \*  
 Kaaliraastetta MA, G  
 Tillikurkkua MA, G  
 Punajuurikuutioita MA, G  
 Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito

**TORSTAI 20.03.2025**

Kalkkunakastiketta LA, G   
 Herkkusieni-kasviskastiketta LA, G, \*   
 Perunaa MA, G  
 Porkkanaraastetta MA, G  
 Kurkkusuikaleita MA, G  
 Herneitä MA, G  
 Luomu ruisleipää MA  
 Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luomumaitoa

**PERJANTAI 21.03.2025**

Juusto-broilerkeittoa LA, G   
 Juustoista hernesosekeittoa LA, G, \*  
 Paprikaa MA, G  
 Kurkkuviipaleita MA, G  
 Jääsalaattia MA, G  
 Maalaissämpylää MA  
 Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luomumaitoa  
 Omenaa

Viikko

Viikko

**13 MAANANTAI 24.03.2025**

Butter chicken LA, G  
Papu-juustokastiketta LA, G, \*   
Ohrahelmiä MA  
TAI  
Kauralisäketta, MA, G  
Jäävuorisalaattia MA, G  
Punakaaliraastetta MA, G  
Persikkaa MA, G  
Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito



**TIISTAI 25.03.2025**

Kalamurekevuokaa LA, G  
Pinaattista juusto-munavuokaa LA, G, \*  
Kermaviilikastiketta LA, G  
Perunaa MA, G  
Punajuuri-omenaraastetta MA, G  
Jäävuorisalaattia MA, G  
Kurkkusuikaleita MA, G  
Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito

**KESKIVIIKKO 26.03.2025**

Spelttihelmipuuroa  
Vadelmakeittoa MA, G  
Leikkelettä, kinkku MA, G  
Juustoa, Edam LA, G  
Kurkkuviipaleita MA, G  
Jääsalaattia MA, G  
Perunalimppua MA  
Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luomumaitoa  
Omenaa

**TORSTAI 27.03.2025**

Jauhelihakeittoa MA, G   
Kesäkeittoa, LA, G, \*   
Kurkkuviipaleita MA, G  
Porkkanapölkkyjä MA, G  
Luomu ruisleipää MA  
Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luomumaitoa  
Ruismuru-mustikkapaistosta MA  
Vaniljakastiketta LA, G

**PERJANTAI 28.03.2025**

Savukanakiusausta LA, G  
Härkis-nacho-pastavuokaa MA, VEG  
Jäävuorisalaattia MA, G  
Maissia MA, G  
Paprikakuutioita MA, G  
Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito


**Koulujen ruokalista, Kevät 2025 / 2**

17.3. - 1.6.2025

Viikko

Viikko



**14 MAANANTAI 31.03.2025**

Mausteista jauhelihakastiketta, MA   
 Quorn-bolognesekastiketta MA, G, \*  
 Spagettia MA  
 Jäävuorisalaattia MA, G  
 Kurkkukuutioita MA, G  
 Herneitä MA, G  
 Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito

**TIISTAI 01.04.2025**

Cappelipaistosta LA  
 Intialaista kaalivuokaa MA, \*  
 Jäävuorisalaattia MA, G  
 Tomaattikuutioita MA, G  
 Marinoitua punasipulia MA, G  
 Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito  
 Vesimelonikolmioita MA, G


**KESKIVIIKKO 02.04.2025**

Lohikeittoa LA, G   
 Tomaattilinsikeittoa MA, G, \*   
 Pehtoorin perunalimppua MA  
 Maustekurkkuviipaleita MA, G  
 Paprikaa MA, G  
 Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luomumaitoa  
 Mandariinia

**TORSTAI 03.04.2025**

Uunimakkaraa MA, G  
 Mustamakkaraa LA  
 Pinaattiohukaisia LA, \*  
 Kasvisnakkeja, MA, G, \*  
 Perunasosetta LA, G  
 Porkkanaraastetta MA, G  
 Kurkkusalaattia MA, G  
 Puolukkasurvosta MA, G  
 Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luomumaitoa


**PERJANTAI 04.04.2025**

Härkäwokkia MA, G   
 Kasviscurrya MA, G, \*  
 Perunaa MA, G  
 Jäävuori-kurkkusalaattia MA, G  
 Kaaliraastetta MA, G  
 Paprikakuutiosekoitusta MA, G  
 Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito


Viikko

Viikko


**15 MAANANTAI 07.04.2025**

Jauhelihakastiketta MA   
Kasvisbolognesea Mifu LA, G, \*  
Porkkana-kukkakaali-parsakaalikasvista MA, G  
Perunaa MA, G  
Jäävuorisalaattia MA, G  
Tomaattilohkoja MA, G  
Kurkkukuutioita MA, G  
Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito


**TIISTAI 08.04.2025**

Hernekeittoa MA, G   
Juuressosekeittoa LA, G, \*  
Porkkanapölkkyjä MA, G  
Kurkkuviipaleita MA, G  
Juustoa, Edam LA, G  
Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito  
Pannukakkua  
Mansikkasurvosta MA, G

**KESKIVIIKKO 09.04.2025**

Broileriviilokkia MA   
Kookosmifua LA, G, \*  
Ohrahelmiä MA  
TAI  
Kauralisäketta, MA, G  
Porkkanaraastetta MA, G  
Kurkkusuikaleita MA, G  
Maissia MA, G  
Mustaherukkahilloa MA, G  
Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito

**TORSTAI 10.04.2025**

Kalakeittoa LA, G   
Juusto-kasviskeittoa LA, G, \*  
Keitettyä kananmunaa MA, G  
Maustekurkkuviipaleita MA, G  
Pehtoorin perunalimppua MA  
Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luomumaitoa  
Omenaa

**PERJANTAI 11.04.2025**

Lihapyöryköitä MA  
Punajuuriapyöryköitä MA, G, \*  
Pippurikastiketta LA, G  
Perunaa MA, G  
Porkkanaraastetta MA, G  
Jäävuorisalaattia MA, G  
Puolukkasurvosta MA, G  
Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito

**Koulujen ruokalista, Kevät 2025 / 2**

17.3. - 1.6.2025

Viikko

Viikko


**16 MAANANTAI 14.04.2025**

Nepalilaista broilerikastiketta LA  
 Punajuuri-linssikastiketta LA, G, \*  
 Ohrahelmiä MA  
 TAI  
 Kauralisäketta, MA, G  
 Salaattisekoitusta MA, G  
 Tomaattikuutioita MA, G  
 Ananasta MA, G  
 Maalaissämpylää MA  
 Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luomumaitoa

**TIISTAI 15.04.2025**

Makaronilaatikka LA  
 Kreikkalaista kiusausta LA, G, \*  
 Jäävuorisalaattia MA, G  
 Kurkkukuutioita MA, G  
 Tomaattikuutioita MA, G  
 Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito

**KESKIVIIKKO 16.04.2025**

Kasvissosekeittoa LA, G, \*   
 Raejuustoa LA, G  
 Grahamlihapiirakkaa MA  
 Porkkana-grahampiirakka MA, \*  
 Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito  
 Banaania

**TORSTAI 17.04.2025****Ajankohtaista**

Kiirastorstai

Uunikirjolohta MA, G  
 Gratinoituja kasvispihvejä LA, G, \*  
 Keltaista kermaviilikastiketta LA, G  
 Perunaa MA, G  
 Salaattisekoitusta MA, G  
 Persikkaa MA, G  
 Herneitä MA, G  
 Kurkkusuikaleita MA, G  
 Punajuurikuutioita MA, G  
 Aurinkokiisseliä MA, G

**PERJANTAI 18.04.2025****Ajankohtaista**

Pitkäperjantai

**Koulujen ruokalista, Kevät 2025 / 2**

17.3. - 1.6.2025

Viikko

Viikko

**17 MAANANTAI 21.04.2025****Ajankohtaista**

2. Pääsiäispäivä


**TIISTAI 22.04.2025**

Lindströmin pihvejä MA, G  
 Porkkananappeja, M, G, K, VEG, \*  
 Perunaa MA, G  
 Ruskeaa kastiketta LA, G  
 Jäävuorisalaattia MA, G  
 Kurkkukuutioita MA, G  
 Tomaattikuutioita MA, G  
 Maustekurkkuviipaleita MA, G  
 Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito


**KESKIVIIKKO 23.04.2025**

Lohiperunavuokaa LA, G  
 Voimapapuspeltilasagnetta LA, \*  
 Kaaliraastetta MA, G  
 Punajuurikuutioita MA, G  
 Tillikurkkua MA, G  
 Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito

**TORSTAI 24.04.2025**

Kalkkunakastiketta LA, G   
 Tomaattista herne-kasviskastiketta, MA, G, \*  
 Perunaa MA, G  
 Porkkanaraastetta MA, G  
 Kurkkusuikaleita MA, G  
 Herneitä MA, G  
 Luomu ruisleipää MA  
 Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luomumaitoa

**PERJANTAI 25.04.2025**

Juusto-broilerkeittoa LA, G   
 Juustoista hernesosekeittoa LA, G, \*  
 Paprikaa MA, G  
 Jääsalaattia MA, G  
 Maalaissämpylää MA  
 Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luomumaitoa  
 Omenaa

**Koulujen ruokalista, Kevät 2025 / 2**

17.3. - 1.6.2025

Viikko

Viikko

**18 MAANANTAI 28.04.2025**

Butter chicken LA, G  
 Mangomifua L, G, \*  
 Ohrahelmiä MA  
 TAI  
 Kauralisäketta, MA, G  
 Jäävuorisalaattia MA, G  
 Tomaattikuutioita MA, G  
 Kurkkukuutioita MA, G  
 Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito

**TIISTAI 29.04.2025**

Ohrapuuroa  
 Mustikkakeittoa MA, G  
 Leikkelettä, kalkkuna MA, G  
 Juustoa, Edam LA, G  
 Kurkkuviipaleita MA, G  
 Ruisräppi leipää MA  
 Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luomumaitoa

**KESKIVIIKKO 30.04.2025****Ajankohtaista**

Vappu

Jauhelihapihvejä MA, G  
 Kasvispihvejä MA, G, \*  
 Kermaperunoita LA, G  
 Salaattisekoitusta MA, G  
 Kurkkusuikaleita MA, G  
 Herneitä MA, G  
 Kurpitsasalaattia MA, G  
 Mandariinilohkoja MA, G  
 Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luomumaitoa  
 Munkki MA, KA

**TORSTAI 01.05.2025****Ajankohtaista**

Vappu

**PERJANTAI 02.05.2025**

Jauhelihakeittoa MA, G  
 Kesäkeittoa, LA, G, \*  
 Kurkkuviipaleita MA, G  
 Porkkanapölkkyjä MA, G  
 Perunalimppua MA  
 Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luomumaitoa  
 Banaania




**Koulujen ruokalista, Kevät 2025 / 2**

17.3. - 1.6.2025

Viikko

Viikko


**19 MAANANTAI 05.05.2025**

Mausteista jauhelihakastiketta, MA   
 Quorn-bolognesekastiketta MA, G, \*  
 Spagettia MA  
 Jäävuorisalaattia MA, G  
 Kurkkusuikaleita MA, G  
 Herneitä MA, G  
 Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito

**TIISTAI 06.05.2025**

Cappelipaistosta LA  
 Intialaista kaalivuokaa MA, \*  
 Jäävuorisalaattia MA, G  
 Tomaattikuutioita MA, G  
 Marinoitua punasipulia MA, G  
 Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito  
 Vesimelonikolmioita MA, G


**KESKIVIIKKO 07.05.2025**

Lohikeittoa LA, G   
 Talvipäivän kasviskeittoa MA, G, \*  
 Paprikaa MA, G  
 Maustekurkkuviipaleita MA, G  
 Pehtoorin perunalimppua MA  
 Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luomumaitoa  
 Mandariinia

**TORSTAI 08.05.2025**

Uunimakkaraa MA, G  
 Mustamakkaraa LA  
 Pinaattiohukaisia LA, \*  
 Kasvisnakkeja, MA, G, \*  
 Perunasosetta LA, G  
 Porkkanaraastetta MA, G  
 Kurkkusalaattia MA, G  
 Puolukkasurvosta MA, G  
 Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luomumaitoa

**PERJANTAI 09.05.2025**

Härkäwokkia MA, G   
 Kasviscurrya MA, G, \*  
 Perunaa MA, G  
 Kaaliraastetta MA, G  
 Jäävuorisalaattia MA, G  
 Paprikakuutiosekoitusta MA, G  
 Kurkkukuutioita MA, G  
 Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luomumaitoa



17.3. - 1.6.2025

Viikko

Viikko

**20 MAANANTAI 12.05.2025**

Broileriviilokkia MA

Kookosmifua LA, G, \*

Ohrahelmiä MA

TAI

Kauralisäketta, MA, G RAAKA

Porkkanaraastetta MA, G

Kurkkusuikaleita MA, G

Maissia MA, G

Mustaherukkahilloa MA, G

Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito

**TIISTAI 13.05.2025**

Hernekeittoa MA, G

Juuressosekeittoa LA, G, \*

Juustoa, Sulatejuusto LA, G

Kurkkuviipaleita MA, G

Porkkanapölkkyjä MA, G

Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito

Pannukakkua

Mansikkasurvosta MA, G

**KESKIVIIKKO 14.05.2025**

Makaronilaatikkoa LA

Papusienivuokaa LA, G \*

Jäävuorisalaattia MA, G

Tomaattikuutioita MA, G

Kurkkukuutioita MA, G

Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito

**TORSTAI 15.05.2025**

Kalakeittoa LA, G

Juusto-kasviskeittoa LA, G, \*

Keitettyä kananmunaa MA, G

Maustekurkkuviipaleita MA, G

Pehtoorin perunalimppua MA

Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luomumaitoa

Omenaa

**PERJANTAI 16.05.2025**

Lihapyöryköitä MA

Punajuuriapyöryköitä MA, G, \*

Pippurikastiketta LA, G

Perunaa MA, G

Porkkanaraastetta MA, G

Jäävuorisalaattia MA, G

Puolukkasurvosta MA, G

Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito


**Koulujen ruokalista, Kevät 2025 / 2**

17.3. - 1.6.2025

Viikko

Viikko


**21 MAANANTAI 19.05.2025**

Jauhelihakastiketta MA   
 Kasvisbolognesea Mifu LA, G, \*  
 Porkkana-kukkakaali-parsakaalikasvista MA, G  
 Perunaa MA, G  
 Jäävuorisalaattia MA, G  
 Tomaattilohkoja MA, G  
 Kurkkupölkkyjä MA, G,  
 Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito


**TIISTAI 20.05.2025**

Lasagnetta LA  
 Aurajuusto-kasviskuisausta LA, G, \*  
 Jäävuorisalaattia MA, G  
 Kurkkukuutioita MA, G  
 Tomaattikuutioita MA, G  
 Oliiveja MA, G  
 Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito

**KESKIVIIKKO 21.05.2025**

Kasvissosekeittoa LA, G, \*   
 Raejuustoa LA, G  
 Grahamlihapiirakkaa MA  
 Porkkana-grahampiiirakka MA, \*  
 Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito  
 Banaania

**TORSTAI 22.05.2025**

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

**PERJANTAI 23.05.2025**

Tortillaa MA  
 Kanasuikaleita MA, G  
 Vegesuikaleita, MA, G  
 Salsaa, MA, G  
 Valkosipulikermaviilikastiketta LA, G  
 Jäävuorisalaattia MA, G  
 Tomaattikuutioita MA, G  
 Kurkkusuikaleita MA, G  
 Salaattijuustoa LA, G  
 Näkkileipää, margariinia, rasvatonta luomumaitoa

**Koulujen ruokalista, Kevät 2025 / 2**

17.3. - 1.6.2025

Viikko

Viikko

**22 MAANANTAI 26.05.2025**

Makkarakastiketta MA   
 Nyhtökaurastroganoffia, G, MA, VEG  
 Perunaa MA, G  
 Kukkakaali-kurkku-ananassalaattia MA, G  
 Jäävuorisalaattia MA, G  
 Kurkkusuikaleita MA, G  
 Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito

**TIISTAI 27.05.2025**

Lindströmin pihvejä MA, G  
 Porkkananappeja, M, G, K, VEG, \*  
 Perunaa MA, G  
 Ruskeaa kastiketta LA, G  
 Jäävuorisalaattia MA, G  
 Kurkkukuutioita MA, G  
 Tomaattikuutioita MA, G  
 Maustekurkkuviipaleita MA, G  
 Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito

**KESKIVIIKKO 28.05.2025**

Lohiperunavuokaa LA, G  
 Voimapapuspeltilasagnetta LA, \*  
 Kaaliraastetta MA, G  
 Tillikurkkua MA, G  
 Punajuurikuutioita MA, G  
 Ruisleipä, näkkileipä, margariini, luomumaito

**TORSTAI 29.05.2025****Ajankohtaista**

Helatorstai

**PERJANTAI 30.05.2025**

Hampurilainen jauhelihapihvillä  
 Hampurilainen kasvispihvillä \*  
 Jäätelötuutti LA

## Koulujen ruokalista, Kevät 2025 / 2

17.3. - 1.6.2025

### Viikko

Lisäksi tarjolla salaatinkastiketta, 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.

