

# YHTENÄISKOULUN JA LUKION RUOKALISTA

Ateriapalvelut p. 040 4861 914

vk.	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
7	10.2. HEDELMÄISTÄ BROILERIKASTIKETTA /PAPUKASTIKETTA PERUNAT SALAATTIA	MAKKARA- MESTARINKEITTOA /PORKKANASOSEKEITTOA SÄMPYLÄ, JUUSTOA KURKKUA, HEDELMÄ	KALAPYÖRYKÖITÄ /PUNAJUURIPYÖRYKÖITÄ PORKKANA-PERUNASOSETTA MAISSIA SALAATTIA	MANNAPUUROA MARJAKEITTOA RUISLEIPÄÄ, JUUSTOA TOMAATTIA	14.2. YSTÄVÄNPÄIVÄ MAKARONILAATIKKOA /SOIJA-MAKARONILAATIKKOA KESÄPORKKANAT SALAATTIA YSTÄVÄNPÄIVÄYLLÄTYS
8	17.2. NAKKIKASTIKETTA /SOIJANAKKIKASTIKETTA PERUNAT VIHANNESMIX SALAATTIA	KOLMEN KALAN KEITTOA /KESÄKEITTOA RUISPALA, JUUSTOA PAPRIKAA TUOREPALAA	PINAATTIOHUKAISET PERUNASOSETTA SALAATTIA HILLOA	TOIVERUOKAPÄIVÄ	LASAGNETTEA /PINAATTILASAGNETTEA UUNIJUUREKSIA SALAATTIA
9	24.2. JAUHELIHAPYÖRYKÖITÄ /KASVISPYÖRYKÖITÄ KASTIKKEESSA, PERUNAT PUUTARHURINKASVISTA SALAATTIA	RIISIPUUROA MARJOJA RUISLEIPÄÄ, JUUSTOA TOMAATTIA	BROILERI-PEKONIPASTAA /KASVISPASTAA SALAATTIA	HERNEKEITTOA /SOIJA-HERNEKEITTOA SÄMPYLÄ, JUUSTOA KURKKUA, TUOREPALAA	LOHIKIUSAUSTA /JUURESKIUSAUSTA PAAHDETTUA PUNAJUURTA SALAATTIA APPELSIINIKIISSELIÄ
10	HYVÄÄ LOMAA!				
11	10.3. MAKKARA-PERUNASOSEVUOKAA /PAPU-PERUNASOSEVUOKAA VIHANNESMIX SALAATTIA	JAUHELIHAKEITTOA /PUNAJUURISOSEKEITTOA RIISIPIIRAKKA, JUUSTOA, KURKKUA, HEDELMÄ	BROILERINUGETTEJA /KASVINUGETTEJA CURRYKASTIKETTA RIISIÄ SALAATTIA	KALAA /PORKKANAMUREKETTA PERUNASOSETTA KUKKAKAALIA SALAATTIA	LOUNAS TALON TAPPAAN

Tarjolla on joka päivä ruokajuomat, ruis- ja näkkileipää. Käytämme vain suomalaista lihaa. Ruokalistamuutokset ovat mahdollisia. Uudistamme ruokalistaa vastaamaan paremmin uusia kansallisia ravitsemussuosituksia.