

LUMIJOEN KUNNAN KOULUN JA PÄIVÄKODINRUOKALISTA 2018

	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
viikot 30, 37, 44, 51	Jauhelihakastiketta <i>luomuspagettia</i> Salaattia Ketsuppia Kasvisvaihtoehto Soijakasviskastiketta <i>Luomuspagettia</i>	Broilerikeittoa Tuorepala satokauden mukaan Ruisvuokaleipää Juustoa Kasvisvaihtoehto Puutarhurin linssikeittoa	Kebabkiusausta Salaattia Kasvisvaihtoehto Yrttinen kasvis-papupaistos	Siikapihvejä Perunasosetta Kermaviilikastiketta Porkkanaraastetta Kasvisvaihtoehto Repeat kasvisjauhisihiivit	Pyttipannua Salaattia Ketsuppia Sinappia Kasvisvaihtoehto Kasvispyttipannua
viikot 31, 38, 45, 52	Kananugetteja Perunasosetta Currymajoneesia Salaattia Kasvisvaihtoehto Soijanuggetteja	Lohilaatikkoa Vihersalaattia Punajuuruisuikaleita Kasvisvaihtoehto Juureskuisausta	Pinaattihukaisia Perunasosetta Porkkanaraastetta Raejuustoa Puolukkasurvosta	Juustoinen broilerikastike Luomupastaa Salaattia Kasvisvaihtoehto Quorn- kasviskastiketta	Jauhelihakeittoa Sämpylä Tuorepala satokauden mukaan Juustoa Kasvisvaihtoehto Kasviskeitto
viikot 32, 39, 46	Kirjolohikeittoa Kauraleipää Tomaattia/kurkkua Kasvisvaihtoehto Kasvisseikeittoa	Possupataa Perunat Salaattia Kasvisvaihtoehto Quorn sweet & sour	Liha-makaronilaatikkoa <i>luomumakaronista</i> Porkkanaraastetta Ketsuppia Kasvisvaihtoehto Kasvimakaronilaatikkoa luomumakaronista	Uunikalaa Perunasosetta Salaattia Kasvisvaihtoehto Kasvispiivit	Savuriistakiusausta Salaattia Kasvisvaihtoehto Kreikkalainen kasvisvuoka
viikot 33,40 47	Curry-kalkkunakastiketta Perunat Salaattia Kasvisvaihtoehto Juures-papuhöystö	Lihakeittoa Tuorepala satokauden mukaan Ruisvuokaleipää Kasvisvaihtoehto Linssikasviskeittoa	Uunimakkaraa Perunasosetta Raaste Sinappia Ketsuppia Kasvisvaihtoehto Soijanakkeja	Lohi-pastapaistosta <i>luomupastasta</i> Salaattia Kasvisvaihtoehto Kasvislasagnette <i>luomupastasta</i>	Jauhelihapöyrökät Perunat Salaattia Kasvisvaihtoehto Välimeren kasviskastike

viikot 34,41, 48	Kinkkukiusausta Salaattia Kasvisvaihtoehto Sienestäjän kiusaus	Hernekeittoa <i>luomuherneistä</i> Perunarieskanen Kurkkua/tomaattia Juustoa Sinappi Kasvisvaihtoehto Kasvishernekeitto <i>luomuherneistä</i>	Kalastajan kalapyöryköitä/ kalapuikkoja Perunasosetta Kermaviilikastiketta Salaattia Kasvisvaihtoehto Punajuuripihvit	Lähiruokapäivä Tyrnävän myllyn maitopuuroa Marjakiisseli Leikkelettä Ruispalat Tomaattia/kurkkua	Jauhelihakastiketta Perunat Salaattia Kasvisvaihtoehto Kasvisnakkikastike
viikot 35,42, 49	Broilerikiusausta Salaattia Kasvisvaihtoehto Kasvispyttipannua	Porsashöystöä Perunat Raaste Kasvisvaihtoehto Soijakasviskastiketta	Jauhelihalasagnettoa <i>luomupastasta</i> Salaattia Kasvisvaihtoehto Pinaattinen kasvispastavuoka <i>luomupastasta</i>	Koululaisen kalaleike Perunasosetta Porkkanaraastetta Punajuurisuikaleet Kasvisvaihtoehto Vegepuikot	Kasvis- nakkikeittoa Ruislimppua Hedelmä 4 PSS Kasvisvaihtoehto Kasvis- nakkikeitto
viikot 36,43, 50	Jauheliha-perunasoselaatikkoa Salaattia Kasvisvaihtoehto Paimenen kasvispaistos	Ohrasuurimopuuroa <i>luomuohrasuurimoista</i> Marjakiisseli Juustoa Hedelmä	Toiveruokapäivä	Nakkikastiketta Perunat Kastiketta Kasvisvaihtoehto Falafelpyörykät	Kahdenkalankeittoa Ruislimppua Tuorepala satokauden mukaan Leikkele Kasvisvaihtoehto Sienikeittoa

Lounaalla tarjolla aina myös maitoa, näkkileipää ja kasvirasvaveitettä. Ruokalistamuutokset mahdollisia.

Perunat ja leipä ovat lähiruokaa

Elintarvikkeiden tuotetiedoista saatte lisätietoa keittiön henkilökunnalta.