

LUMIJOEN KUNNAN KOULUN JA PÄIVÄKODINRUOKALISTA 2019 MENEKIN SEURANTA

	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
viikot 1, 8, 15, 22, 29	Jauhelihakastiketta <i>luomuspagettia</i> Salaattia Ketsuppia Kasvisvaihtoehto Soijakasviskastiketta <i>Luomuspagettia</i>	Pyttipannua Salaattia Ketsuppia Sinappia Kasvisvaihtoehto Kasvispyttipannua	Kebabkiusausta Salaattia Kasvisvaihtoehto Yrttinen kasvis-papupaistos	Siikapihvejä Perunasosetta Kermaviilikastiketta Porkkanaraastetta Kasvisvaihtoehto Repeat kasvisjauhispihvit	Broilerikeittoa Tuorepala satokauden mukaan Ruisvuokaleipää Juustoa Kasvisvaihtoehto Puutarhurin linssikeittoa
viikot 2, 9, 16, 23, 30	Kananugetteja Perunasosetta Currymajoneesia Salaattia Kasvisvaihtoehto Soijanuggetteja	Lohilaatikkoa Vihersalaattia Punajuurisuikeleita Kasvisvaihtoehto Juureskuisausta	Pinaattihukaisia Perunat Kananmunakastike Porkkanaraastetta Puolukkasurvosta	Juustoinen broilerikastike Luomupastaa Salaattia Kasvisvaihtoehto Quorn- kasviskastiketta	Jauhelihakeittoa Sämpylä Tuorepala satokauden mukaan Juustoa Kasvisvaihtoehto Kasviskeitto
viikot 3, 10, 17, 24, 31	Liha-makaronilaatikkoa <i>luomumakaronista</i> Porkkanaraastetta Ketsuppia Kasvisvaihtoehto Kasvismakaronilaatikkoa luomumakaronista	Uunikalaa Perunasosetta Salaattia Kasvisvaihtoehto Kasvispihvit	Savuriistakiusausta Salaattia Kasvisvaihtoehto Kreikkalainen kasvisvuoka	Possupataa Perunat Salaattia Kasvisvaihtoehto Quorn sweet & sour	Kirjolahikeittoa Kauraleipää Tomaattia/kurkkua Kasvisvaihtoehto Kasvissosekeittoa
viikot 4, 11, 18, 25	Curry-kalkkunakastiketta Perunat Salaattia Kasvisvaihtoehto Juures-papuhöystö	Jauheliyhapyryköitä Perunat Salaattia Kasvisvaihtoehto Välimeren kasviskastike	Unimakkaraa Perunasosetta Raaste Sinappia Ketsuppia Kasvisvaihtoehto Soijananakkeja	Lohi-pastapaistosta <i>luomupastasta</i> Salaattia Kasvisvaihtoehto Kasvislasagnette <i>luomupastasta</i>	Lihakeittoa Tuorepala satokauden mukaan Ruisvuokaleipää Kasvisvaihtoehto Linssikasviskeittoa

viikot 5, 12, 19, 26	Kinkkukiusausta Salaattia Kasvisvaihtoehto Sienestäjän kiusaus	Jauhelihakastiketta Perunat Salaattia Kasvisvaihtoehto Kasvisnakkikastike	Kalastajan kalapyöryköitä/ kalapuikkoja Perunasosetta Kermaviilikastiketta Salaattia Kasvisvaihtoehto Punajuuripihvit	Lähiruokapäivä Tyrnävän myllyn maitopuuroa Marjakiisseli Leikkelettä Ruispalat Tomaattia/kurkkua	Hernekeittoa <i>luomuherneistä</i> Perunarieskanen Kurkkua/tomaattia Juustoa Sinappi Kasvisvaihtoehto Kasvishernekeitto <i>luomuherneistä</i>
viikot 6, 13, 20, 27	Broilerikiusausta Salaattia Kasvisvaihtoehto Kasvispyttipannua	Porsashöystä Perunat Raaste Kasvisvaihtoehto Soijakasviskastiketta	Jauhelihalasagnettea <i>luomupastasta</i> Salaattia Kasvisvaihtoehto Pinaattinen kasvispastavuoka <i>luomupastasta</i>	Koululaisen kalaleike Perunasosetta Porkkanaraastetta Punajuurisukaleet Kasvisvaihtoehto Vegepuikot	Kasvis- nakkikeittoa Ruislimppua Hedelmä 4 PSS Kasvisvaihtoehto Kasvis- nakkikeitto
viikot 7, 14, 21, 28	Jauheliha-perunasoselaatikkoa Salaattia Kasvisvaihtoehto Paimenen kasvispaistos	Ohrasuurimopuuroa <i>luomuhrasuurimoista</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.