

LUMIJOEN KUNNAN KOULUN JA PÄIVÄKODIN LOUNASLISTA 2019

	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
viikot 32,38, 44, 50	<p>Jauhelihabolognesea <i>luomuspagettia</i> Salaattia Ketsuppia</p> <p>Kasvisvaihtoehto Mifu-pastakastiketta <i>luomuspagettia</i></p>	<p>Ohrasuurimopuuroa <i>luomuohrasuurimoista</i> Marjakiisseliä</p> <p>Juustoa Tuorekurkkuviipaleet Pehmeäleipä</p>	<p>Kebabkiusausta Salaattia</p> <p>Kasvisvaihtoehto Feta-kasviskiusausta</p>	<p>Lohimurekepihvit Perunasosetta Kermaviilikastiketta Salaattia</p> <p>Kasvisvaihtoehto Kasvispihvit</p>	<p>Broilerikeittoa Hedelmä Ruisvuokaleipää</p> <p>Kasvisvaihtoehto Linssi-kookoskeittoa</p>
viikot 33,39, 45, 51	<p>Curry-kalkkunakastiketta Täysjyväriisiä Salaattia</p> <p>Kasvisvaihtoehto Juurespataa</p>	<p>Keltainen uunikala Perunat Salaattia Punajuurisuikaleita</p> <p>Kasvisvaihtoehto Välimeren kasvisgratiinia</p>	<p>Pinaattihukaisia Perunat Kananmunakastiketta Salaattia Puolukkasurvosta</p>	<p>Jauheliha-perunasoselaatikkoa Salaattia</p> <p>Kasvisvaihtoehto Guorn-perunasosevuokaa</p>	<p>Nakkikeittoa Ruislimppua Tuorepala Juustoa</p> <p>Kasvisvaihtoehto Kasvisnakkikeittoa</p>
viikot 34,40, 46, 52	<p>Liha-makaronilaatikkoa <i>luomumakaronista</i> Salaattia Ketsuppia</p> <p>Kasvisvaihtoehto Eggie-pastavuokaa <i>luomumakaronista</i></p>	<p>Kapteenin kalakuviot Perunasosetta Kermaviilikastiketta Salaattia</p> <p>Kasvisvaihtoehto Porkkananapit</p>	<p>Nakkikastiketta Perunat Salaattia</p> <p>Kasvisvaihtoehto Kasvisnakkikastiketta</p>	<p>Broileripyörökät Perunat Currykastiketta Salaattia</p> <p>Kasvisvaihtoehto Kasvispyörökät</p>	<p>Kirjolohikeittoa Kauraleipää Tomaattia/kurkkua</p> <p>Kasvisvaihtoehto Porkkanasosekeittoa</p>
viikot 35, 41, 47,	<p>Kananuggetit Perunasosetta Currymajoneesia Salaattia</p> <p>Kasvisvaihtoehto Bataatti-juurespihvit</p>	<p>Jauhelihappyörköitä Perunat Kastike Salaattia</p> <p>Kasvisvaihtoehto Vegekepakot</p>	<p>Uunimakkaraa Perunasosetta Raastesalaattia</p> <p>Sinappia Ketsuppia</p> <p>Kasvisvaihtoehto Kasvisnakit</p>	<p>Broilerilasagnea <i>luomupastasta</i> Salaattia</p> <p>Kasvisvaihtoehto Kasvislasagnea <i>luomupastasta</i></p>	<p>Kalakeittoa Tuorepala Ruisvuokaleipää Leikkele</p> <p>Kasvisvaihtoehto Juusto-kasviskeittoa</p>

viikot 36, 42, 48	Kinkkukiusausta Salaattia Kasvisvaihtoehto Kasviskiusausta	Juustoinen broilerinjauhelihakastiketta <i>luomuspagettia</i> Salaattia Kasvisvaihtoehto Quorn-kasviskastiketta	Kalapyöryköitä Perunasosetta Kermaviilikastiketta Salaattia Kasvisvaihtoehto Kasvispyöryköitä	<i>Lähiruokapäivä</i> Tyrnävän myllyn puuroa Marjakiisseliä Juustoa Moniviljasämpylä Tomaattia/kurkkua	Jauhelihakeittoa Hedelmä Kasvisvaihtoehto Puutarhurin linssekeittoa
viikot 37, 43, 49	Broilerikastiketta Perunat Salaattia Kasvisvaihtoehto Quornsweet&sour kastiketta	Sitruunainen kalaleike Perunasosetta Kermaviilikastiketta Salaattia Kasvisvaihtoehto Kasvis-papukroketit	Jauhelihakastiketta Perunat Salaattia Kasvisvaihtoehto Kasvisbolognesea	Pyttipannua Salaattia Kasvisvaihtoehto Kasvispyttipannua	Hernekeittoa <i>luomuherneistä</i> Perunarieskaa Kurkkua/tomaattia Juustoa Sinappi Kasvisvaihtoehto Kasvishernekeittoa <i>luomuherneistä</i>

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

Perunat ja leipä ovat lähiruokaa

Elintarvikkeiden tuotetiedoista saatte lisätietoa keittiön henkilökunnalta.