

LUMIJOEN KUNNAN KOULUN JA PÄIVÄKODIN LOUNASLISTA 2020

	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
viikot 1,7, 13, 19, 25, 31	Porsaanpalapaistia Perunat Salaattia Kasvisvaihtoehto Kasvishöystö	Ohrasuurimopuuroa <i>luomuohrasuurimoista</i> Marjakiisseliä Juustoa Tuorekurkkuviipaleet Pehmeäleipä	Keltainen uunikala Perunat Salaattia Punajuurisuikaleita Kasvisvaihtoehto Välimeren kasvisgratiinia	Kananuggetit Perunasosetta Currymajoneesia Salaattia Kasvisvaihtoehto Bataatti-juurespihvit	Jauhelihakeittoa Hedelmä Kasvisvaihtoehto Puutarhurin linssekeittoa
viikot 2,8, 14, 20, 26	Nakkikastiketta Perunat Salaattia Kasvisvaihtoehto Kasvisnakkikastiketta	Seilorin kalapihvit Perunasosetta Kermaviilikastiketta Salaattia Kasvisvaihtoehto Porkkananapit	Liha-makaronilaatikkaa <i>luomumakaronista</i> Salaattia Ketsuppia Kasvisvaihtoehto Eggie-pastavuokaa <i>luomumakaronista</i>	Broileripyörökät Perunat Currykastiketta Salaattia Kasvisvaihtoehto Kasvispyörökät	Hernekeittoa <i>luomuhemeistä</i> Perunarieskaa Kurkkua/tomaattia Juustoa Sinappi Kasvisvaihtoehto Kasvishernekeittoa <i>luomuhemeistä</i>
viikot 3,9, 15, 21, 27	Jauheliha-perunasoselaatikkaa Salaattia Kasvisvaihtoehto Guorn-perunasosevuokaa	Broilerikastiketta Perunat Salaattia Kasvisvaihtoehto Quornsweet&sour kastiketta	Uunimakkaraa Perunasosetta Raastesalaattia Sinappia Ketsuppia Kasvisvaihtoehto Kasvisnakit	Lihapyörökät Perunat Kastike Salaattia Kasvisvaihtoehto Vegekepakot	Kirjolahikeittoa Kauraleipää Tomaattia/kurkkua Kasvisvaihtoehto Porkkanasosekeittoa
viikot 4,10, 16, 22, 28	Kinkkukiusausta Salaattia Kasvisvaihtoehto Kasviskuisausta	Juustoinen broilerinjauhelihakastiketta <i>luomuspagettia</i> Salaattia Kasvisvaihtoehto Quorn-kasviskastiketta	Kalapyörköitä Perunasosetta Kermaviilikastiketta Salaattia Kasvisvaihtoehto Kasvispyörköitä	<i>Lähiruokapäivä</i> Tyrnävän myllyn puuroa Marjakiisseliä Juustoa Moniviljasämpylä Tomaattia/kurkkua	Nakkikeittoa Ruislimppua Tuorepala Juustoa Kasvisvaihtoehto Kasvisnakkikeittoa

viikot 5,11, 17, 23, 29	Curry-kalkkunakastiketta Täysjyväriisiä Salaattia Kasvisvaihtoehto Juurespataa	Sitruunainen kalaleike Perunasosetta Kermaviilikastiketta Salaattia Kasvisvaihtoehto Kasvis-papukroketit	Broilerilasagnea <i>luomupastasta</i> Salaattia Kasvisvaihtoehto Kasvislasagnea <i>luomupastasta</i>	Pyttipannua Salaattia Kasvisvaihtoehto Kasvispyttipannua	Kalakeittoa Tuorepala Ruisvuokaleipää Kalkkunaleikkele Kasvisvaihtoehto Juusto-kasviskeittoa
viikot 6,12, 18, 24, 30	Jauhelihabolognesea <i>luomuspagettia</i> Salaattia Ketsuppia Kasvisvaihtoehto Mifu-pastakastiketta <i>luomuspagettia</i>	Pinaattiohukaisia Perunat Kananmunakastiketta Salaattia Puolukkasurvosta	Kebabkiusausta Salaattia Kasvisvaihtoehto Feta-kasviskuisausta	Lohimurekepihvit Perunasosetta Kermaviilikastiketta Salaattia Kasvisvaihtoehto Kasvispihvit	Broilerikeittoa Meloniloikat Juustoa Ruisvuokaleipää Kasvisvaihtoehto Linssi-kookoskeittoa

Lounaalla tarjolla aina myös luomu rasvatonta maitoa, näkkileipää ja kasvirasvavitettä.

Perunat ja tuore leipä ovat oman maakunnan tuotteita (Siikajoelta ja Oulusta)

Lihat ja lihavalmisteet, sekä maito ja maitovalmisteet ovat suomalaisia.

Kalapihvit ja.-pyörökät ovat sydänmerkkituotteita.

Lounaalla viikoittain tarjolla myös luomutuotteita.

Elintarvikkeiden tuotetiedoista saa lisätietoa keittiön henkilökunnalta.