

## Peruskoulut, lukio, VAM!A Ruokalista

VIKKO 4	<u>21.1.-25.1.2019</u>
Maanantai	<b>Broileripyörykkä, perunat/perunasose, kastike, salaatti</b>
Tiistai	<b>Sinappinen possukastike, perunat, lämmin kasvislisäke, salaatti</b>
Keskiviikko	<b>Kasvislasagnette, salaatti</b>
Torstai	<b>Juustoinen broilerikeitto, pehmeä leipä, hedelmä</b>
Perjantai	<b>Kalapäivä talon tapaan, perunasose, tartarkastike, salaatti</b>
VIKKO 5	<u>28.1.-1.2.2019</u>
Maanantai	<b>Nakkikeitto, pehmeä leipä, juusto, tuorepala</b>
Tiistai	<b>Jauhelihakastike, pasta, salaatti</b>
Keskiviikko	<b>Kirjolohikiusaus, lämmin kasvislisäke, salaatti</b>
Torstai	<b>Pinaattiohukaiset, perunat, kananmunakastike, puolukkahillo, salaatti</b>
Perjantai	<b>Rosebroilerikastike, täysjyväriisi, lämmin kasvislisäke, salaatti</b>
VIKKO 6	<u>4.2.-8.2.2019</u>
Maanantai	<b>Kalaleike, perunat/ perunasose, kastike, salaatti</b>
Tiistai	<b>Härkäruukku, täysjyväriisi, lämmin kasvislisäke, salaatti</b>
Keskiviikko	<b>Broileri-nuudeliuoka, salaatti</b>
Torstai	<b>Hernekeitto, pehmeä leipä, juusto, hedelmä</b>
Perjantai	<b>Kasvispyttis, salaatti</b>
VIKKO 7	<u>11.2.-15.2.2019</u>
Maanantai	<b>Uunimakkara, perunasose, salaatti</b>
Tiistai	<b>Hedelmäinen broilerikastike, täysjyväriisi, salaatti</b>
Keskiviikko	<b>Saariston kalavuoka, lämmin kasvislisäke, salaatti</b>
Torstai	<b>Lihakeitto, pehmeä leipä, juusto, hedelmä</b>
Perjantai	<b>Italianpata, lämmin kasvislisäke, salaatti</b>
VIKKO 8	<u>18.2.- 22.2.2019</u>
Maanantai	<b>Kalakeitto, pehmeä leipä, hedelmä</b>
Tiistai	<b>Broilerileike, täysjyväriisi, kastike, lämmin kasvislisäke, salaatti</b>
Keskiviikko	<b>Lasagnette, salaatti</b>
Torstai	<b>Palapaisti, perunat, lämmin kasvislisäke, salaatti</b>
Perjantai	<b>Minestronekeitto, sämpylä, juusto, hedelmä</b>
VIKKO 9	<u>25.2.-1.3.2019</u> Koulujen talviloma
Maanantai	
Tiistai	
Keskiviikko	
Torstai	
Perjantai	

- \* Tietoa allergisoivista ruoka-aineista ja ruoan sisältötiedoista saat Ruokapalveluiden henkilöstöltä.
- \* Joka päivä tarjotaan: näkkileipää, levitettä, ruokajuomaa
- \* Tiettyjen ruokien kanssa tarjotaan ketsuppia ja sinappia
- \* Asiakaskuntaakohtaisesti tarjotaan perunasoseen kanssa kastiketta

**Muutosoikeudet pidätetään.**

*Hyvää ruokahalua !*