

Peruskoulut, lukio, VAM!A Ruokalista

VIKKO 16	<u>15.4. – 19.4.2019</u>
Maanantai	Lihapyörykkä, perunat/perunasose, kastike, salaatti
Tiistai	Hunajainen possukastike, perunat, lämmin kasvislisäke, salaatti
Keskiviikko	Aurinkoinen uunibroileri, täysjyväriisi, salaatti Mämmi, vaniljakastike
Torstai	Kalakeitto, pehmeä leipä, juusto, hedelmä
Perjantai	<i>Pitkäperjantai</i>
VIKKO 17	<u>22.4. – 26.4.2019</u>
Maanantai	<i>2. Pääsiäispäivä</i>
Tiistai	Jauhelihakastike, pasta, salaatti
Keskiviikko	Kirjolohikiusaus, lämmin kasvislisäke, salaatti
Torstai	Pinaattihukaiset, perunat, kananmunakastike, puolukkahillo, salaatti
Perjantai	Rosébroilerikastike, täysjyväriisi, lämmin kasvislisäke, salaatti
VIKKO 18	<u>29.4. – 3.5.2019</u>
Maanantai	Lohimurekepihvi, perunasose, tillikastike, salaatti
Tiistai	Tortilla, salaatti, Sima, munkki
Keskiviikko	<i>Vappu</i>
Torstai	Juustoinen broilerikeitto, pehmeä leipä, hedelmä
Perjantai	Kasvisruoka talon tapaan, salaatti
VIKKO 19	<u>6.5. – 10.5.2019</u>
Maanantai	Uunimakkara, perunasose, salaatti
Tiistai	Currybroilerikastike, täysjyväriisi, salaatti
Keskiviikko	Saariston kalavuoka, lämmin kasvislisäke, salaatti
Torstai	Lihakeitto, pehmeä leipä, juusto, hedelmä
Perjantai	Italianpata, lämmin kasvislisäke, salaatti
VIKKO 20	<u>13.5. – 17.5.2019</u>
Maanantai	Kalakeitto, pehmeä leipä, hedelmä
Tiistai	Broilerileike, täysjyväriisi, kastike, lämmin kasvislisäke, salaatti
Keskiviikko	Lasagnette, salaatti
Torstai	Palapaisti, perunat, lämmin kasvislisäke, salaatti
Perjantai	Jauhelihakeitto, sämpylä, juusto, hedelmä
VIKKO 21	<u>20.5. – 24.5.2019</u>
Maanantai	Kalaleike, perunat/ perunasose, kastike, salaatti
Tiistai	Kebabkastike, täysjyväriisi, salaatti
Keskiviikko	Lihaperunalaatikko, lämmin kasvislisäke, salaatti
Torstai	Puuro, marjakeitto, pehmeä leipä, juusto, tuorepala
Perjantai	Kasvispihvit, perunat, tartarkastike/lämmin kastike, salaatti

- * 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
- * Käytämme ainoastaan kotimaista lihaa ruoanvalmistuksessa.

Muutosoikeudet pidätetään.

Hyvää ruokahalua !