






**KOULUJEN RUOKALISTA**
**VIIKKO 11**

	<b>MAANANTAI 9.3.</b>	<b>TIISTAI 10.3.2020</b>	<b>KESKIVIIKKO 11.3.2020</b>	<b>TORSTAI 12.3.2020</b>	<b>PERJANTAI 13.3.2020</b>
<b>AAMUPALA</b>	Talon tapaan	Kaurapuuro maitoon L tuorepala	Kahdenviljanpuuro maitoon, tuorepala	Vehnähiutalepuuro, tuorepala	Neljänviljanpuuro hedelmä
<b>LOUNAS</b>	Jauhelihakeitto L,M,G  Tuorepala Kauranappi L,M	Kalapuikot L,M  valkokastike L,G  perunat Talon vihersalaatti	Juustoinen kiusaus L,G   lämmin kasvis Kaali-persikka-salaatti	Makkarakeitto L,M,G  Hedelmä LÄHILEIPÄ: grahamsämpylä L 	Currybroilerikastike L,G  täysjyväriisi  Jäävuori-maissi-vesimeloni
<b>VÄLIPALA</b>	Talon puuro L	Leipä, juusto, tuorepala	Mansikka-sitruunakiisseli L,M,G	Pannari L, hillo	Maustamaton jogurtti, hedelmäsose

Muutokset mahdollisia.

Käyttämämme naudan-, sian-, siipikarjan-, lampaan- ja vuohenliha on pääasiassa kotimaista.  
Mikäli näin ei ole, ilmoitamme lihan alkuperämaatiedon erikseen ruokalistalla ruokalajin yhteydessä.

 Sydänmerkki-ateria  
 Pääraaka-aine  
lähellä tuotettu

KOULUJEN RUOKALISTA			VIIKKO 12		
	MAANANTAI 16.3.2020	TIISTAI 17.3.2020	KESKIVIIKKO 18.3.2020	TORSTAI 19.3.2020	PERJANTAI 20.3.2020
<b>AAMUPALA</b>	Ohrahiutalepuuro maitoon L, tuorepala	Vehnähiutalevellillä maitoon L, hedelmäpala	Neljänviljanpuuro, hedelmä	Talon tapaan	Kaurapuuro maitoon L, tuorepala
<b>LOUNAS</b>	Lempää broilerikeitto L,G  Tuorepala  Leipä talon tapaan	Jauhelihakastike L  täysjyväpasta   Kiinankaali-herne- tomaattisalaatti	Kirjolohikiusaus L,G  lämmin kasvis Kaali-porkkana-ananassalaatti	Teräsmiehen puuro L  kalkkunaleike  Ruisruutu	Uunimakkara L,M,G  perunasose L,G  talon salaatti
<b>VÄLIPALA</b>	Vadelmakiisseli L,M,G	Talon puuro L, tuorepala	Hedelmärahka L,G	Viili,mysli,marjoja	Sämpylä, leikkele, tuorepala

KOULUJEN RUOKALISTA					
VIIKKO 13					
	MAANANTAI 23.3.2020	TIISTAI 24.3.2020	KESKIVIIKKO 25.3.2020	TORSTAI 26.3.2020	PERJANTAI 27.3.2020
AAMUPALA	Ruishiutalepuuro, tuorepala	Kaurapuuro maitoon L, tuorepala	Talon tapaan	Vehnähiutalevelli maitoon L, hedelmäpala	Neljänviljanpuuro, hedelmä
LOUNAS	Jauhelihakiusaus L,G  lämmin kasvis Talon punajuurisalaatti	Pinaattikeitto L  Kananmuna, tuorepala  Riisipiirakka L	Rakuunainen uunikala L,G  perunat  Porkkanaraaste	Hedelmäinen broilerikastike L,G täysjyväriisi L,M,G  Talon vihreä salaatti  Ruisruutu	Kasvispyörökät L,M,G perunat   Valkokastike L,G Jäävuori-kurkku-maissisalaatti
VÄLIPALA	Hedelmäkiisseli L,M,G	Maustamaton jogurtti,mysli, tuorepala	Ruishiutale-puolukkapuuro L,M  tuorepala	Pannari L ja hillo	Leipä, tuorepala, leikkele

KOULUJEN RUOKALISTA			VIIKKO 14		
	MAANANTAI 30.3.2020	TIISTAI 31.3.2020	KESKIVIIKKO 1.4.2020	TORSTAI 2.4.2020	PERJANTAI 3.4.2020
<b>AAMUPALA</b>	Kaurahiutalepuuro, hedelmän pala	Neljänviljanpuuro, tuorepala	Ruishiutalepuuro, tuorepala	Vehnähiutalepuuro, tuorepala	Talon tapaan
<b>LOUNAS</b>	Juustoinen broilerikeitto L,G  Tuorepala Ruisruutu	Makkarakastike L,M,G  perunat  Kiinankaali-kurkku-kukkakaalisalaatti	Tonnikala-pastavuoka L  lämmin kasvis   Kaali-kurkku-tomaattisalaatti	Porkkananappi L,M,G  Perunasose L  Talon vihreä salaatti, raejuusto  Leipä talontapaan	Bolognesekastike L,M,G   täysjyväpasta  Jäävuori-paprika-kurkku-ananassalaatti
<b>VÄLIPALA</b>	Talon maitopuuro L  marjat	Hedelmäsalaatti L, M, G	Aprikoosi-vispipuuro L,M 	Maustamaton jogurtti, mysli, tuorepala	Leipä, leikkele, tuorepala

KOULUJEN RUOKALISTA					VIIKKO 15
	MAANANTAI 6.4.2020	TIISTAI 7.4.2020	KESKIVIIKKO 8.4.2020	TORSTAI 9.4.2020	PITKÄPERJANTAI 10.4.2020
<b>AAMUPALA</b>	Talon tapaan	Vehnähiutalepuuro, hedelmä	Kaurahiutalepuuro, tuorepala	Ruishiutalepuuro, tuorepala	
<b>LOUNAS</b>	Broilerikiusaus L,G lämmin kasvis Talon vihreä salaatti 	Hernekeitto L,M,G tuorepala Kauraruutu	Kasvispastavuoka L lämmin kasvis Marinoitu kaali- porkkanasalaatti	Jauheliuhakebakko L perunasose L,G Jäävuori-herne-juustosalaatti, paprikamajoneesi	
<b>VÄLIPALA</b>	Mansikkakiisseli L,M,G	Pannari L ja hillo	Talon puuro L	Leipä, leikkele, tuorepala	

KOULUJEN RUOKALISTA			VIIKKO 16		
	MAANANTAI 2. PÄÄSIÄISPÄIVÄ 13.4.2020	TIISTAI 14.4.2020	KESKIVIIKKO 15.4.2020	TORSTAI 16.4.2020	PERJANTAI 17.4.2020
AAMUPALA		Kaurahiutalepuuro, tuorepala	Moniviljapuuro, tuorepala	Talon tapaan	Neljänviljapuuro maitoon, tuorepala
LOUNAS		Broileripyörykät L,M Mangorajakastike L,G Talon vihersalaatti	Kipparin Kahdenkalankeitto L,G Tuorepala	Jauhelihakastike L perunat Kiinankaali-herne.maissi-paprikasalaatti	Lohimurekepihvi L,M, perunat, Tillikastike L,G Coleslawsalaatti
VÄLIPALA		Talon puuro L, tuorepala	Ruisruutu Kuningatarkiisseli L,M,G	Leipä, juusto, tuorepala	Hedelmäsalaatti L,M,G