




KOULUJEN RUOKALISTA
VIIKKO 18

	maanantai 3.5.2021	tiistai 4.5.2021	keskiviikko 5.5.2021	torstai 6.5.2021	perjantai 7.5.2021
AAMIAINEN	Talon tapaan, hedelmä	Neljänviljapuuro, tuorepala	Ohrahiutalepuuro, tuorepala	Moniviljapuuro, leikkele, kurkku	Talon tapaan, hedelmä
LOUNAS	Juustoinen kasviskiusaus L,G lämmin kasvis  Jäävuori-kurkku- vesimelonisalaatti	Uunimakkara L,M,G perunasose L Puutarhurin vihreä salaatti	Kermanen kalakeitto G,L Tuorepala pieni ruisruutu	Bolognesekastike L,M,G, täysjyväpasta  Kiinankaali-kurkku- ananassalaatti, valkoinen	Teräsmiehen puuro L Mustikkakiisseli L,M,G Juusto, tuorepala Heinon porkkanasämpylä 
VÄLIPALA	Maitopuuro talon tapaan L, kotimaiset marjat	Kuningatarkiisseli L,M,G	Riisipiirakka L, kananmuna, hedelmä	Pannari ja hillo, tuorepala	Talon tapaan


Sastamalan Ruoka- ja Puhtauspalvelut Oy

KOULUJEN RUOKALISTA		VIIKKO 19			
	maanantai 10.5.2021	tiistai 11.5.2021	keskiviikko 12.5.2021	torstai 13.5.2021	perjantai 14.5.2021
AAMIAINEN	Talon tapaan	Kaurahiutalepuuro, tuorepala	Kahdenviljanpuuro maitoon, hedelmä		
LOUNAS	Jauhelihakeitto L,M,G juusto, tuorepala pieni ruisruutu	Porkkananapit L,M,G perunasose L, raejuusto Jäävuori-ananassalaatti	Tonnikalapasta-vuoka L, lämmin kasvis  Porkkanaraaste	Helatorstai	
VÄLIPALA	Puolukka-vispipuuro L,M	leipä, juusto, tuorepala	Vadelmakiisseli L,M,G		

Muutokset mahdollisia.

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


 Sydänmerkki-ateria

 Pääraaka-aine
lähellä tuotettu

Sastamalan Ruoka- ja Puhtauspalvelut Oy

KOULUJEN RUOKALISTA

VIIKKO 20

	maanantai 17.5.2021	tiistai 18.5.2021	keskiviikko 19.5.2021	torstai 20.5.2021	perjantai 21.5.2021
AAMIAINEN	Kaurapuuro, hedelmä	Talon tapaan	Neljänviljanpuuro, hedelmä	Vehnähiutalevelli, leipä, tomaattia	Ruispuuro, tuorepala
LOUNAS	Tex-Mex jauheliha-perunavuoka L,G Kiinankaali-kesäkurpitsa-persikkasalaatti, valkoinen papu	Makkarastroganoff L,M,G, perunat  Jäävuori-kurkku-tomaattisalaatti	Lohikeitto L,G leikkele, tuorepala Hiivaleipä	Pinaattiohukaiset L, perunasose L Puolukkahillo Jäävuori-ananas-kesäkurpitsasalaatti, raejuusto	Possukastike L,M, perunat Kiinankaali-kurkku-mandariinisalaatti
VÄLIPALA	Paahtokiisseli L,G	Talon puuro L, kotimaiset marjat	Mansikkarahka L,G	Leipä, leikkele, hedelmä	Hedelmäsalaatti L,M,G, hapankorppu

Muutokset mahdollisia.

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



Sydänmerkki-ateria



Pääraaka-aine lähellä tuotettu