






**KOULUJEN RUOKALISTA**
**VIIKKO 38**

	maanantai 19.9.2022	tiistai 20.9.2022	keskiviikko 21.9.2022	torstai 22.9.2022	perjantai 23.9.2022
<b>AAMIAINEN</b>	Kaurahiutalepuuro, tuorepala	Neljänviljapuuro, kurkku	Orahiutalepuuro L, mehukeitto, tuorepala	Talon tapaan, hedelmäpala	Vehnähiutalevelli L, leikkele, tomaatti
<b>LOUNAS</b>	Juustoinen kasviskuisaus L,G, lämmin kasvis 	Curry-broilerikastike L,G, perunat	Gulassikeitto L,M,G, smetana	Lohimurekepihvit L,M,G, tillikastike L,G, perunat	Jauhelihakastike L,G, perunat 
	Jäävuori-kurkku- persikkasalaatti, raejuusto	Kiinankaali-kesäkurpitsa- ananassalaatti	tuorepala  kaurasämpylä	Jäävuori-kurkku- paprikasalaatti	Talon vihreä melonisalaatti, valkoinen papu
<b>VÄLIPALA</b>	Aprikoosikiisseli L,M,G, vaniljakastike L,G, tuorepala	Ohukaiset L, hillo+kotimaiset marjat	Riisipiirakka L, kanamuna, tuorepala	Appelsiinikiisseli L,M,G, mysli, tuorepala	Maustamaton jogurtti L,G, marjat

**KOULUJEN RUOKALISTA**
**VIIKKO 39**


	maanantai 26.9.2022	tiistai 27.9.2022	keskiviikko 28.9.2022	torstai 29.9.2022	perjantai 30.9.2022
<b>AAMIAINEN</b>	Kaurahiutalepuuro, tuorepala	Neljänviljanpuuro L, tuorepala	Kahdenviljanpuuro L, paprika	Talon tapaan, hedelmäpala	Ruishiutalepuuro, tuorepala
<b>LOUNAS</b>	Palvilapakiusaus L,G lämmin kasvis 	Lindströminpihvit L,M,G, valkokastike L,G, perunat 	Rakuunainen uunikala L,G perunat	Teräsmiehenpuuro L, kotimaiset marjat 	Hedelmäinen broilerkastike L,G, riisi/ohrahelmi
	Kiinankaali-tomaatti- ananassalaatti	Salaatti talon tapaan	Varhaiskaali-kesäkurpitsa- paprikasalaatti	leikkele  Kauranappi	Jäävuori-kurkku- tomaattisalaatti
<b>VÄLIPALA</b>	Mansikkakiisseli L,M,G, murot, tuorepala	Viili L,G, hedelmäsose	Mustikkarahka L,G	Talon tapaan	Moniviljaruutu, leikkele, tuorepala

**KOULUJEN RUOKALISTA**
**VIIKKO 40**

	maanantai 3.10.2022	tiistai 4.10.2022	keskiviikko 5.10.2022	torstai 6.10.2022	perjantai 7.10.2022
<b>AAMIAINEN</b>	Neljänviljanpuuro, hedelmäpala	Talon tapaan	Kaurahiutalepuuro, tuorepala	Vehnähiutalevelli L, tomaatti	Ruishiutalepuuro, tuorepala
<b>LOUNAS</b>	Broilerikiusaus L,G lämmin kasvis 	Lihapyörykkät L,M, sinappinen kastike L,G, perunat	Kermainen kalakeitto L,G	Porkkananapit L,M,G, perunasose L,G, mangoraja L,G	Possukastike L,M, perunat
<b>Leipä</b>	Jäävuori-kesäkurpitsa- persikka	Kiinankaali-kurkku- paprikasalaatti	tuorepala  Heinon leipomon grahamsämpylä 	Jäävuori-persikka-herne- maissisalaatti	Punajuuri-omenasalaatti
<b>VÄLIPALA</b>	Maustamaton jogurtti L,G, kotimaiset marjat	Talon puuro L, hedelmäsose	Kuningatarkiisseli L,M,G, mysli, tuorepala	Riisipiirakka, kanamuna, tuorepala	Talon tapaan



**KOULUJEN RUOKALISTA**
**VIIKKO 41**

	maanantai 10.10.2022	tiistai 11.10.2022	keskiviikko 12.10.2022	torstai 13.10.2022	perjantai 14.10.2022
<b>AAMIAINEN</b>	Talon tapaan, tuorepala	Kaurahiutalepuuro, tomaatti	Neljänviljanpuuro L, kurkku	Ohrahiutalepuuro tuorepala	Riisihiutalepuuro L, hedelmäpala
<b>LOUNAS</b>	Lempeä broilerikeitto L,G	Jauh maksapihvit L,M,G, kermainen kastike L,G, perunat 	Makaronilaatikko L, lämmin kasvis	Kalapuikot L,M , tilli- kermaviilikastike L,G, perunat	Pinaattikeitto L,G, kananmuna
	tuorepala  pieni moniviljaruutu	Kaali-jäävuori-ananassalaatti	Porkkanaraaste	Jäävuori-kurkku- retiisisalaatti	hedelmä
<b>VÄLIPALA</b>	Talon puuro L, mehukeitto L,M,G, tuorepala	Hedelmäsalaatti L,M,G, hapankorppu	Omenarahka L,G, tuorepala	Porkkanaohukaiset L, marjasose	Talon tapaan

