

KOULUJEN RUOKALISTA SYKSY 2023 - YLIVIESKA

VKO	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
40 45 50	Bolognesekastike L, G Pasta M Rapea-kurkku-melonisalaatti	Makkarakeitto M, G Juusto Pehmeä leipä	Kalapat M Perunat Tartarkastike L, G Kaali-kesäkurpitsa- appelsiinisalaatti	Ohrapuuro Soppa M, G Leikkele	Broilerikastike L, G Riisi Mustaherukkahillo Rapea-porkkana- hunajamelonisalaatti
41 46 51	Lihapyörökät M Perunat Kastike L, G Kaali-meloni- kesäkurpitsasalaatti	Lohikeitto L, G Suolakurkku Pehmeä leipä	Palapaisti L, G Perunat Rapea-tomaatti-kurkku- salaatti	Kasvissosekeitto L, G Kananmuna Sämpylä	Makaronilaatikko L / Broileripastavuoka L Ketsuppi Porkkana-ananassalaatti
42 47	Nakkikastike L, G Perunat Punajuuri-omenasalaatti	Broilerinugetit M Currykastike L, G Riisi Porkkana-raejuustosalaatti	Jauhelihakeitto M, G Juusto Sämpylä	Kinkkukiusaus L, G Pikkuporkkanat Rapea-kaali-mandariinisalaatti	Pinaattihukaiset M Perunasose L, G Puolukkasose Kaali-kurkku-persikkasalaatti
(43) 48	Aurinkoinen- Broilerikeitto L, G Tuorekurkku Pehmeä leipä	Kalapuikot M Peruna Tartarkastike L, G Rapea-kurpitsa-paprikasalaatti	Riisipuuro G Soppa M, G Leikkele	Hernekeitto G, M Juusto Sinappi Rieska	Kebablasagne L Porkkana-kurkku- hunajamelonisalaatti
44 49	Lihakeitto M, G Paprikasiivut Pehmeä leipä	Kasvispyörökät M, G Perunat Juustokastike L, G Porkkana-persikkasalaatti	Kalkkunakastike L, G Riisi Rapea-punakaali-ananassalaatti	Kahdenkalankeitto L, G Suolakurkku Pehmeä leipä	Uunimakkara M, G Perunasose L, G Sinappi Rapea-tomaatti-kurkkusalaatti

L = Laktoositon, G = Gluteeniton, M = Maidoton