

Siikajoki kouluruoka
35,40,45,50,3,8,13,18,23

Vko 1/ ma	ti	ke	to	pe
Jauhelihakastike, spagetti, porkkanaraaste (syksy) ja jäävuori- tuorekurkku- persikkasalaatti (kevät), ketsuppi, rasvaton maito/ rasvaton piimä/ näkkileipä/ margariini	Kananugetit, perunasose,kastike jäävuori-punafrisee- tomaattisalaatti, rasvaton maito/piimä näkkileipä/margariini	Kirjolahivuoka, kaali-kesäkurpitsa- ananassalaatti, punajuurikuutio, rasvaton maito/ rasvaton piimä näkkileipä/margariini	Riisipuuro, Kanelisokeri, saunapalvileikkele, kurkkupalkki, ruispala/näkkileipä margariini rasvaton maito/piimä	Uunimakkara, perunasose, kaali-rapea- melonisalaatti sinappi/ketsuppi/ kurkkusalaatti rasvaton maito/piimä näkkileipä/margariini
2ma/36,41,46,51,4,9,14	ti	ke	to	pe
Broilerikastike perunat jäävuori-kaali- persikkasalaatti mustaherukkahillo rasvaton maito/ rasvaton piimä näkkileipä/margariini	Hernekeitto, Edam juusto 17 %, ohrarieskanen, tuorekurkkuviipale, sinappi, rasvaton maito/ rasvaton piimä/ näkkileipä/ margariini	Jauhelihapihvi, perunasose, punakaali-kesäkurpitsa- kartanoherkkusalaattisin appi, ketsuppi, rasvaton maito/ rasvaton piimä/ näkkileipä/ margariini	Tonnikalapasta jäävuori-kurkku- mandariinisalaatti rasvaton maito/ rasvaton piimä näkkileipä/ margariini	Palapaisti perunat, vihannesmix jää-punafrisee-omena- kurpitsasalaatti rasvaton maito/ rasvaton piimä/ näkkileipä/ margariini
3ma/32,37,42,47,52,5,10	ti	ke	to	pe
Aurinkoinen broilerikeitto, Oltermannijuusto 17 %, paprikasuikale, 4-viljan viipale leipä, rasvaton maito/ rasvaton piimä/ näkkileipä/ margariini	Kalapyörykät, perunasose, jäävuori-kurkku- maissisalaatti, punajuurikuutio, rasvaton maito/ rasvaton piimä/ näkkileipä/ margariini	Kasvislasagnette, jäävuori-melonisalaatti rasvaton maito/ rasvaton piimä/ näkkileipä/ margariini	Makkarakastike Perunat lämmin kasvislisäke jäävuori-kurkku- mandariinisalaatti näkkileipä rasvaton maito/piimä margariini	Makaronilaatikko, porkkana-ananasraaste (syksy) ja kaali-kurkku- ananassalaatti (kevät), ketsuppi, rasvaton maito/ rasvaton piimä/ näkkileipä/ margariini
4ma/38,43,48,1,6,11,16	ti	ke	to	pe
Jauhelihakeitto, Edamjuusto 17 %, omena, kaura100% leipä, rasvaton maito/ rasvaton piimä/ näkkileipä/ margariini	Kalakuviot Perunasose Kermaviilikastike jäävuori-punafrisee- kesäkurpitsasalaatti punajuurikuutio rasvaton maito/ rasvaton piimä/ näkkileipä/margariini	Kalkkunakastike, riisi, salaattimix-kurkku- ananassalaatti, mustaherukkahillo, rasvaton maito/ rasvaton piimä/ näkkileipä/ margariini	Ohrasuurimopuuro mansikkakiisseli keittokinkku paprikasuikale ruisleipä rasvaton maito/ rasvaton piimä/ näkkileipä/margariini	Lasagnette, kaali-jäävuori- mandariinisalaatti, ketsuppi, rasvaton maito/ rasvaton piimä/ näkkileipä/ margariini
5ma/34,39,44,49,2,7,12	ti	ke	to	pe
Nakkikastike, perunat, vihreäsalaatti-retiisi- ananassalaatti, rasvaton maito/ rasvaton piimä/ näkkileipä/ margariini	Pinaattiohukaiset, perunasose, jäävuori- punafrisee-paprika- mangosalaatti puolukka, raejuusto rasvaton maito/ rasvaton piimä/ näkkileipä/ margariini	Lohikeitto salaatinlehti kevyt balkanmakkara ruispala näkkileipä rasvaton maito/piimä margariini	Broileripastavuoka jäävuori-vesimeloni- salaatti näkkileipä rasvaton maito/piimä margariini	Lihapyörykät Perunasose,kastike jäävuori-kurkku- tomaattisalaatti näkkileipä rasvaton maito/piimä margariini