

Sievi kouluruoka

Kalenteri viikot 2024: 32, 37, 42, 47, 52 ja 2025: 5, 10, 15, 20, 25, 30, 35, 40, 45, 50

Vko 1/ ma	ti	ke	to	pe
Jauhelihakastike, spagetti, porkkanaraaste (syksy) ja jäävuori- tuorekurkku- persikkasalaatti (kevät), ketsuppi, rasvaton maito/ rasvaton piimä/ näkkileipä/ margariini	Kanaugetit, riisi, kastike, jäävuori-punafrisee- tomaattisalaatti, rasvaton maito/ rasvaton piimä/ näkkileipä/ margariini	Kirjolohivuoka, kaali-kesäkurpitsa- ananassalaatti, punajuurikuutio, rasvaton maito/ rasvaton piimä/ näkkileipä/ margariini	Riisipuuro, kanelisokeri, saunapalvilihaleike, kurkkupalkki, ruispala, rasvaton maito/ rasvaton piimä/ näkkileipä/ margariini	Uunimakkara, perunasose, kaali-rapea- melonisalaatti sinappi, ketsuppi, kurkkusalaatti, rasvaton maito/ rasvaton piimä/ näkkileipä/ margariini

Kalenteri viikot 2024: 33, 38, 43, 48 ja 2025: 1, 6, 11, 16, 21, 26, 31, 36, 41, 46, 51

Vko 2 /ma	ti	ke	to	pe
Broilerikastike, riisi, 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- kartanoherkku- salaattisinappi, ketsuppi, rasvaton maito/ rasvaton piimä/ näkkileipä/ margariini	Lohikeitto, ylikypsä kinkku, salaatinlehti, rouheinen rukiinen viipale rasvaton maito/ rasvaton piimä/ näkkileipä/ margariini	Kinkkukiusaus, vihreä salaatti- kurkkukuutio- mandariinisalaatti, rasvaton maito/ rasvaton piimä/ näkkileipä/ margariini

Kalenteri viikot 2024: 34, 39, 44, 49 ja 2025: 2, 7, 12, 17, 22, 27, 32, 37, 42, 47, 52

Vko 3 /ma	ti	ke	to	pe
Aurinkoinen broilerikeitto, Oltermannijuusto 17 %, paprikasuikale, 4-viljan viipale leipä, rasvaton maito/ rasvaton piimä/ näkkileipä/ margariini	Kalapyörökät, perunasose, jäävuori-kurkku- maissisalaatti, punajuurikuutio, rasvaton maito/ rasvaton piimä/ näkkileipä/ margariini	Pinaattikeitto riisipiirakka, kananmuna, tuorekurkku, rasvaton maito/ rasvaton piimä/ näkkileipä/ margariini	Palapaisti, perunat, vihannesmix, jää-punafrisee-omena- kurpitsasalaatti, rasvaton maito/ rasvaton piimä/ näkkileipä/ margariini	Makaronilaatikko, porkkana-ananasraaste (syksy) ja kaali-kurkku- ananassalaatti (kevät), ketsuppi, rasvaton maito/ rasvaton piimä/ näkkileipä/ margariini

Kalenteri viikot 2024: 35, 40, 45, 50 ja 2025: 3, 8, 13, 18, 23, 28, 33, 38, 43, 48

Vko 4 / ma	ti	ke	to	pe
Jauhelihakeitto, Edamjuusto 17 %, omena, kaura100% leipä, rasvaton maito/ rasvaton piimä/ näkkileipä/ margariini	Uunikala kastikkeessa, perunasose, jäävuori-punafrisee- kesäkurpitsasalaatti, punajuurikuutio, rasvaton maito/ rasvaton piimä/ näkkileipä/ margariini	Kalkkunakastike, riisi, salaattimix-kurkku- ananassalaatti, mustaherukkahillo, rasvaton maito/ rasvaton piimä/ näkkileipä/ margariini	Ohrasuorimopuuro, mehukeitto, keitto kinkku, paprikasuikale, ruis100% leipä, rasvaton maito/ rasvaton piimä/ näkkileipä/ margariini	Lasagnette, kaali-jäävuori- mandariinisalaatti, ketsuppi, rasvaton maito/ rasvaton piimä/ näkkileipä/ margariini

Kalenteri viikot 2024: 36, 41, 46, 51 ja 2025: 4, 9, 14, 19, 24, 29, 34, 39, 44, 49

Vko 5 / ma	ti	ke	to	pe
Nakkikastike, perunat, vihreäsalaatti-retiisi- ananassalaatti, rasvaton maito/ rasvaton piimä/ näkkileipä/ margariini	Porkkanaohukaiset, perunasose, jäävuori- punafrisee-paprika- mangosalaatti, puolukka, raejuusto rasvaton maito/ rasvaton piimä/ näkkileipä/ margariini	Kalakeitto , Polar 15 % juusto, salaatinlehti, halkaistu grahamsämpylä, rasvaton maito/ rasvaton piimä/ näkkileipä/ margariini	Broilerpastavuoka, rapea suikale- vesimelonisalaatti, rasvaton maito/ rasvaton piimä/ näkkileipä/ margariini	Lihapyörökät, perunat, kastike, salaattimix-tomaatti- kurkkusalaatti, rasvaton maito/ rasvaton piimä/ näkkileipä/ margariini