

ALAVIESKAN KOULUN RUOKALISTA KEVÄT 2026

VKO	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
17	Kebabkastike G, L Riisi Vihreäsalaatti-retiisi-ananassalaatti	Pinaattiohukaiset L Perunasose G, L Jäävuori-punafrisee-paprika-mangokuutiosalaatti Puolukkasose Raejuusto	Lohikeitto G, L Lihaleikkele M, G Salaatinlehti Sämpylä	Lihapyörökät M, L Perunat Kastike G, M Salaattimix-tomaatti-kurkkukuutiosalaatti	Broileripastavuoka L Rapea-vesimelonisalaatti
18	Jauhelihakastike G, M Spagetti Jäävuori-kurkku-persikkasalaatti Ketsuppi	Riisipuuro G, L Kanelisokeri Lihaleikkele M, G Kurkkupalkki Ruisleipä	Kananugetit M, L Riisi Kastike G, L Jäävuori-punafrisee-tomaattisalaatti	Nakit M, G Perunasose G, L Kaali-rapea-melonisalaatti Sinappi ja Ketsuppi Kurkkusalaatti Vappumunkki ja pillimehu	
19	Jauhelihapihvi M, L Perunat Kastike G, L Punakaali-kesäkurpitsa-kartanoherkkusalaatti Sinappi ja ketsuppi	Hernekeitto G, L Juusto Rieska Tuorekurkkuviipale Sinappi	Broilerikastike G, L Riisi Jäävuori-kaali-persikkasalaatti Mustaherukkahillo	Tonnikalapastavuoka L Jäävuori-punafrisee-tomaattisalaatti	Palapaisti G, L Perunat Vihannesmix Vihreäsalaatti-kurkkukuutio-mandariinisalaatti
20	Aurinkoinen Broilerikeitto G, L Juusto Paprikasuikaleet Pehmeä leipä	Kalapyörökät G, M Perunasose G, L Jäävuori-kurkku-maissisalaatti	<u>TOIVERUOKAPÄIVÄ</u> TORTILLAT		Nakkikastike G, M Perunat Jäävuori-punafrisee-omena-kurpitsasalaatti Punajuurikuutiot
21	Jauhelihakeitto M, G Juusto Omenalohko Kauraleipä	Kalapat M Perunat Tartarkastike G, L Jäävuori-punafrisee-kesäkurpitsasalaatti Punajuurikuutio	Ohrasuurimopuuro Mansikkakiisseli M, G Lihaleikkele M, G Paprikasuikaleet Ruisleipä	Kalkkunakastike G, L Riisi Salaattimix-kurkku-ananassalaatti Mustaherukkahillo	Lasagnette L Kaali-jäävuori-mandariinisalaatti Ketsuppi
22	Kebabkastike G, L Riisi Vihreäsalaatti-retiisi-ananassalaatti	Pinaattiohukaiset L Perunasose G, L Jäävuori-punafrisee-paprika-mangokuutiosalaatti Puolukkasose Raejuusto	Broileripastavuoka L Rapea-vesimelonisalaatti	Lihapyörökät M, L Perunat Kastike G, M Salaattimix-tomaatti-kurkkukuutiosalaatti	Lohikeitto G, L Lihaleikkele M, G Salaatinlehti Sämpylä

Aterialla tarjolla aina: Rasvaton maito/piimä, vesi, näkkileipää, margariini (ravitsemissuosituksen mukainen), erityisruokavalion mukainen juoma: kaurajuoma, soijajuoma

G = GLUTEENITON, L = LAKTOOSITON, M = MAIDOTON

Lauantaina 30.5.2026 koulussa oleville Jäätelö

Muutokset mahdollisia ruokalistalla!