



PERUSKOULUJEN JA LUKION RUOKALISTA 9.8. - 24.8.2018

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai
6.8.	7.8.	8.8.	9.8.	10.8.
KESÄLOMA	KESÄLOMA	KESÄLOMA	JAUHELIHAKASTIKE (G, L, M) Perunat Jäävuorisalaatti	KASVIS- SOSEKEITTO (G, L) Raejuusto (L) Ruisleipä Hedelmä
13.8.	14.8.	15.8.	16.8.	17.8.
MUSTAMAKKARA perunat ja valkokas- tike (G, L) / peruna- sose/perunavuoka Vihersalaatti	MANNAPUURO Marjakiisseli (G, L, M) Leikkele	TEXMEX KALA (G, L) Perunat Porkkanaraaste Punajuuri	JAUHELIHAPERUNA- SOSELAATIKKO (G, L, M) Vihersalaatti	BROILERKASVIS- KEITTO (G, L, M) Kauraleipä Hedelmä
20.8.	21.8.	22.8.	23.8.	24.8.
LASAGNETTE (L) Vihersalaatti	ITÄMAINEN POSSU- PATA (G, L) Täysjyväriisi Kaaliraaste	KALAMUREKE (G, L) Perunat Kermaviili- kastike (G, L) Vihersalaatti	PORKKANA- PYÖRYKKÄ (G, L) Perunat Mangoraja Salaattisekoitus	MAKKARAKEITTO (G, L, M) Ruisleipä Hedelmä

Ateriat sisältävät leivän, levitteen ja ruokajuoman. Ruokalistaan voidaan tarvittaessa tehdä keittiökohtaisia muutoksia.

G = gluteeniton, L = laktoositon, M = maidoton