

MUHOKSEN KOULUJEN JA PÄIVÄHOIDON LOUNASRUOKALISTA

VKO/PV	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
I 6 / 4.2. 13 / 25.3. 20 / 13.5. 27 / 1.7.	KELTAINEN BROILERIKASTIKE <ul style="list-style-type: none"> riisi melonisalaatti 	PINAATTIOHUKAISET <ul style="list-style-type: none"> yrttinen kastike peruna juustosalaatti puolukkahillo 	HERNEKEITTO <ul style="list-style-type: none"> juusto tuorepala rieska 	SINAPPINEN UUNIKALA <ul style="list-style-type: none"> peruna, kuoripääll. rosolli talon tapaan 	TYRNÄVÄN MYLLYN RUISMANNAPUURO JA MANSIKKAKEITTO <ul style="list-style-type: none"> leikkele ruisleipä juurespala
II. 7 / 11.2. 14 / 1.4. 21 / 20.5. 28 / 8.7.	KASVISNAKKIKEITTO <ul style="list-style-type: none"> juusto sämpylä <p>Jälkiruoka: Mandariini</p>	MAKSALAATIKKO <ul style="list-style-type: none"> voikastike peruna raastesalaatti puolukkahillo 	BROILERIRENGAS <ul style="list-style-type: none"> riisi, tumma currykastike kreikkalainen salaatti 	KALAKEITTO <ul style="list-style-type: none"> juusto tuorepala ruispala 	LIHA- MAKARONILAATIKKO <ul style="list-style-type: none"> porkkanaraaste salaattisiemenet
III 8 / 18.2. 15 / 8.4. 22 / 27.5. 29 / 15.7.	MUMMON MAKKARAKASTIKE <ul style="list-style-type: none"> peruna, kuoripääll. värikäs raastekimara 	TONNIKALA- PASTAPAISTOS <ul style="list-style-type: none"> punajuuri-purjo-omenasalaatti 	JAUHELIHAKAITTO <ul style="list-style-type: none"> pehmyt leipä <p>Jälkiruoka: Marjajogurtti</p>	BROILERIHERKKU <ul style="list-style-type: none"> mustaherukkainen kaalisalaatti 	LOHIPIHVI <ul style="list-style-type: none"> kermaviilikastike peruna vihreä coleslaw
IV 2 / 7.1. 9 / 25.2. 16 / 15.4. 23 / 3.6. 30 / 22.7.	LIHAPYÖRYKKÄ <ul style="list-style-type: none"> kastike peruna, kuoripääll. suvisalaatti 	KAHDEN KALAN KEITTO <ul style="list-style-type: none"> tuorepala ruisleipä 	BROILERILASAGNETTE <ul style="list-style-type: none"> maissi-meloni-jäävuorisalaatti 	MAITOPUURO JA MUSTIKKASOPPA <ul style="list-style-type: none"> leikkele juurespala rieska 	MATRUUSIN LIHA- PERUNALAATIKKO <ul style="list-style-type: none"> tomaatti-sipulisalaatti maapähkinät
V 3 / 14.1. 10 / 4.3. 17 / 22.4. 24 / 10.6. 31 / 29.7.	LAPINUKON KEITTO <ul style="list-style-type: none"> tuorepala ruisleipä 	BROILERIBOLOGNESE <ul style="list-style-type: none"> spaghetti paprikainen vihersalaatti 	KINKKUKIUSAUS <ul style="list-style-type: none"> kurkku-ananas-amerikansalaatti 	RANSKALAINEN KALA <ul style="list-style-type: none"> perunasose kaali-porkkanasalaatti salaattisiemenet 	TOIVERUOKAPÄIVÄ
VI 4 / 21.1. 11 / 11.3. 18 / 29.4. 25 / 17.6. 32 / 5.8.	KEBABKASTIKE <ul style="list-style-type: none"> riisi päivän salaatti 	JAUHELIHA- PERUNASOSELAATIKKO <ul style="list-style-type: none"> punakaali-banaanisalaatti 	HOT TOMATO BROILERKASTIKE <ul style="list-style-type: none"> riisi vihersalaatti 	UUNIMAKKARA <ul style="list-style-type: none"> perunasose kurkkuinen salaatti 	LOHIKEITTO <ul style="list-style-type: none"> rieska juusto <p>Jälkiruoka: Omena</p>
VII 5 / 28.1. 12 / 18.3. 19 / 6.5. 26 / 24.6.	JAUHELIHAKASTIKE <ul style="list-style-type: none"> peruna, kuoripääll. värikäs salaatti 	AURINKOVUOREN MAKARONILAATIKKO <ul style="list-style-type: none"> salaattipöytä 	SADONKORJAAJAN BROILERIKEITTO <ul style="list-style-type: none"> tuorepala moniviljaleipä 	PYTTIPANNU <ul style="list-style-type: none"> kurkku-ananas-kaalisalaatti 	KALAPIHVI <ul style="list-style-type: none"> perunasose punajuuri-omenaraaste

Lisäksi: Leipä ja ravintorasva
Ruokajuomat; rasvaton maito / laktoositon maitojuoma / piimä / vesi
Ruokalistamuutokset ovat mahdollisia.

Hyvää ruokahalua!