

MUURAMEN KOULUJEN RUOKALISTA LV 2021-2022

VK	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
1	Makaronilihalaatikko Ketsuppi Porkkana-puolukkasalaatti Auringonkukansiemenet	Broilerikeitto Kaurapala Juusto Lehtisalaatti Auringonkukansiemenet	Päijänne-pyörykkä Perunasose Kermaviili-chilikastike Kiinankaali-kurkkusalaatti Auringonkukansiemenet	Puuro Mehukeitto Ruseväs Juusto Kukkakaali Auringonkukansiemenet	Pyttipannu Lämmin lisäke Ketsuppi Kiinankaali-paprika-linssisalaatti Auringonkukansiemenet
2	Porkkanapihvit Perunasose Ruisvuoka Amerikka-omena-juustosalaatti Auringonkukansiemenet	Kasvisseosekeitto/ Kesäkeitto Rieska Raejuusto Banaani Auringonkukansiemenet	Yrttinen kanakastike Ohra Mustaherukkahillo Tomaattilohko Hampunsiemenet	Järvikalapihvi Perunasose Punajuuri-valkosipulikastike Porkkanaraaste Auringonkukansiemenet	Kalkkunanuudeliuoka Kiinankaali-melonisalaatti Auringonkukansiemenet
3	Palapaisti Perunat Appelsiini-amerikansalaatti Herne Auringonkukansiemenet	Paistetut muikut Perunasose Jogurtti-ruohosipulikastike Porkkanaraaste Auringonkukansiemenet	Hernekeitto Sinappi Rouheruisviipaleet Juusto Mandariini Auringonkukansiemenet	Porkkanaohukaiset Lämmin lisäke Ohrasalaatti Puolukkahillo Auringonkukansiemenet	Tortilla Broileritäyte Tomaattisalsa Amerikka-kurkkusalaatti Auringonkukansiemenet
4	Broileripyörykät Kastike Perunat Porkkanaraaste Auringonkukansiemenet	Ohra-spelttipuuro Marjat, omenasose, Siemenet Sekaleipä Juusto Lehtisalaatti Auringonkukansiemenet	Uunimakkara Perunasose Sinappi, Ketsuppi Kiinankaali-punaherukkasalaatti Auringonkukansiemenet	Kalakeitto Ruseväs Juusto Paprikasuikale Auringonkukansiemenet	Kasvisbroilerivuoka Kaali-retiisipasta Auringonkukansiemenet
5	Jauhelihakastike Spagetti Amerikka-tomaatti-juustosalaatti Auringonkukansiemenet	Peruna-broilerilaatikko Kaurapala Kiinankaali-persikkasalaatti Auringonkukansiemenet	Kalakuviot Perunasose Kermaviilikastike Porkkana-punakaaliraaste Auringonkukansiemenet	Pinaattikeitto Riisipiirakka Kanamuna Omena Auringonkukansiemenet	Härkis-pastavuoka Ananas-kaalisalaatti Auringonkukansiemenet
6	Broilerikiusaus Kiinankaali-mustaherukkasalaatti Herne Auringonkukansiemenet	Pinaattiohukaiset Pastasalaatti Puolukkahillo Auringonkukansiemenet	Nakkikastike Perunat Kaali-puolukkasalaatti Paahdetut härkäpavut	Silakkapihvit Perunasose Kermaviili-tillikastike Ruispyörö Kiinankaali-punajuurisalaatti Auringonkukansiemenet	Bataatti-kookoslinssisekeitto Grahamlihapiiirakka Porkkanapökky Auringonkukansiemenet

Joka päivä; maitoa/piimää, näkkileipää ellei muuta leipää, levitettä, **Poikkeuksia:** teemaviikot, syys- ja kevätkauden päätöspäivät