













KUORTANEEN KUNNAN KOULUJEN RUOKALISTA 2020 -2021

viikko	maanantai	tiistai	keskiviikko	torstai	perjantai
<u>1</u> 32,38,44,50 3,9,15 21, 27	KALAMUREKEPIHVIT (MA, MU) MUUSI (L, G,MU, K) KIINANKAALISALAATTI	MANGOBROILERI (L, MU, G) RIISI  TUORESALAATTIVATI	JAUHELIIHAKAITTO (MA,MU,G) SÄMPYLÄ, JUUSTO TUOREKURKKU	KINKKUKIUSAUS (L,MU,G) KESÄINEN SALAATTI ETIKKAPUNAJUURI	PINAATTIKEITTO (L, MU,G,K) KANANMUNA RIISIPIIRAKKA PORKKANANA 
<u>2</u> 33,39,45,51 4,10,16 22, 28	BROILERIKEITTO (M, MU, G) PEHMEÄ LEIPÄ TUOREJUUSTO (L, G) HEDELMIÄ 	MAKKARAKASTIKE (M, MU) PERUNAT PORKKANARAASTE	SITRUUNAKALA (L,MU,G) PERUNAMUUSI (L,G,MU,K) PRINSESSASALAATTI	MANNAPUURO (K) MARJAKIISSELI (MA, MU,G, K) RUISSÄMPYLÄ KINKKULEIKKELE PAPRIKARENKAAT 	JAUHELIIHAKIUSAUS (M, MU, G) RAEJUUSTO (L, MU, K) RAIKAS TUORESALAATTI
<u>3</u> 34,40,46,52 5,11,17 23, 29	JAUHELIHA- MAKSAPIHVI (M,G) PERUNAMUUSI (L,MU,G,K) KIINANKAALI-APPELSIINISALAATTI PUOLUKKAHILLO 	LOHIKEITTO (L,MU,G) PEHMEÄ LEIPÄ MARJASALAATTI	KASVISPYÖRYKÄT (M,MU,G,K) PERUNAT KYLMAKASTIKE (L,G,K) KAALI-KARVIAISMARJASALAATTI SIEMENIÄ 	LASAGNETTE (L,MU) KREIKKALAINEN SALAATTI (L, MU, G, K)	BROILERIKASTIKE (L,MU,G) PERUNAT (RAKUUNA) PORKKANAT PUNAKAALISALAATTI
<u>4</u> 35,41,47,53 6,12,18 24, 30	LIHAKAITTO (M,MU,G) PEHMEÄ LEIPÄ JUUSTO LEHTISALAATTI	LOHI-PERUNALAATIKKO (L,G,MU)  KEITETYT KASVIKSET PORKKANANA-PUNAJUURI- RAASTEVIATI	JAUHELIIHAKASTIKE (M,MU) PERUNAT / SPAGETTI TOMAATTINEN TUORESALAATTI	UUNIMAKKARA (M,MU,G) / MUSTAMAKKARA (M,MU) PERUNAMUUSI (L,G,MU,K) KARTANON SALAATTI 	OHRASUURIMO- / RIISIPUURO (K) PUOLUKKAKIISSELI PEHMEÄ LEIPÄ LEIKKELE TUOREKURKKU
<u>5</u> 36,42,48,1 7,13,19 25, 31	LIHAPYÖRYKÄT (M,MU)/ JAUHELIIHAPIHVIT (M,MU) PERUNAMUUSI (L,G,MU,K) JÄÄVUORISALAATTI	KALAKEITTO (L,G, MU) PEHMEÄ LEIPÄ MAKSAMAKKARA (M,G)  TOMAATTISIIVUT	BROILERI- PASTAPAISTOS (L,) HEDELMÄINEN SALAATTI	HERNEKEITTO (M,MU,G) KAURASÄMPYLÄ JUUSTO 	KASVISPIHVIT (M,K) PERUNAT MUNAKASTIKE (L,G) JUUSTOSALAATTI (L,G,MU)
<u>6</u> 37,43,49,2 8,14,20 26	LOHIVUOKA (L, MU,G) PERUNAT  KAALISALAATTI	JAUHELIHA- MAKARONILAATIKKO (L, MU) PERINTEINEN SALAATTI	NAKKIKEITTO (M,MU,G) KAURARIESKA JUUSTO  HERKKUKURKKU	BROILERIKIUSAUS (L,MU,G) MELONISALAATTI	LIHAKÄRISTYS (M,MU,G) PERUNAMUUSI (L,MU,G,K) PORKKANARAASTE PUOLUKKAHILLO

Lounailla tarjotaan lisäksi rasvatonta tai vähärasvaista maitoa, piimää ja vettä sekä ravintorasvaa ja näkkileipää.

Lyhenteet: VL = vähälaktoosinen, L = laktoositon, G = gluteeniton, M = maidoton, MU = munaton, K = kasvis

Oikeus muutoksiin pidätetään

Käytämme vain suomalaista lihaa