

YHTENÄISKOULUN RUOKALISTA, 2016 - 2017

1 viikko	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
33 ,37 ,41 ,45 ,49 ,1 ,5 , 9 ,13 , 17 ,21 ,25 ,29	Tuoresalaatti Kasvispihvit Perunat Kastike	Sämpylät Suolakurkku Lohikeitto	Syysalaatti Puolukka Karjalanpaisti Perunamuusi	Vihreäsalaatti Jauhelihakastike Perunat Lisäke	Lihaleikkele Pehmeäleipä Puuro Soppa Hedelmää
2 viikko					
34 ,50 ,2 ,6 ,10 ,14 ,18, 22 ,26 ,30	Punajuurisalaatti Kalapihvit /kalapyörykät Kastike Perunat	Hernekeitto Pannukakku Hillo	Tuoresalaatti Sianlihakastike Perunat Lisäke	Vihersalaatti Makaronilaatikko Ketsuppi	Pehmeäleipä Broilerkeitto Tuorepala
3viikko					
35 ,39 ,43 ,47 ,51 ,3 ,7 , 11 ,15 ,19 ,23 ,27 ,31	Vihersalaatti Puolukka Veriohukaiset /Maksapihvit Kastike Perunat	Sämpylä Kahdenkalan keitto	Kaalisalaatti Kurkkusalaatti Makkara Muusi	Porkkanaraaste Jauhelihaperunalaatikko	Lihaleikkele Pehmeäleipä Puuro / Soppa Tuorepala
4viikko					
36 ,40 ,44 ,48 ,52 ,4 ,8 , 12 ,16 ,20 ,24 ,28 ,32	Hedelmäinen salaatti Mustaherukkahillo Broilerkastike Riisi / Perunat	Pehmeä leipä Juusto Makkarakeitto	Punajuuri-omena-salaatti Kalapuikot Tartarkastike Perunamuusi	Tuoresalaatti Sinappirelish Jauhelihaperunasosepata	Pehmeäleipä Tuorekurkku Lihakeitto

Joka päivä näkkileipä ,oivariini, rasvaton maito, vesi, pehmeä leipä n .2 x viikko

