

PERUSKOULUJEN JA LUKION RUOKALISTA 2020-

	1VKO/6,11,16,21	2VKO/2,7,12,17,22	3VKO/3,8,13,18,23	4VKO/4,9,14,19,	5VKO/5,10,15,20
MA	uunikala perunat vihreäsalaatti melonimix	kebabkastike riisi vihreäsalaatti ananaspala	lihakastike perunat lämminkasvis vihreäsalaatti paprikamix	jauhelihaperunasose- pata puolukkahillo tomaattilohkot kurkkupalkki	broilerikeitto paprikasuikale ruisvuokaleipä
TI	jauhelihakeitto tomaattiviipaleet sämpylä	lihakeitto juusto tuorekurkkuviipaleet perunarieska	lohikiusaus punajuurikuutio raejuusto	seikeitto ruispala suolakurkkuviipaleet hedelmä	TOIVERUOKA PÄIVÄ
KE	porkkanaohukaiset perunat kastike kiinankaalisalaatti persikkakuutio	hauskat kalapihvit perunasose kaali-punakaaliraaste minikurpitsakuutio	kasvissosekeitto tomaattiviipaleet vaaleavuokaleipä jogurtti	broileripastavuoka mustaherukkahillo vihreäsalaatti	lihakiusaus romainsalaatti cantaloupekuutio
TO	riisipuuro mansikkakiisseli maksamakkara juurespala	pinaattikeitto kananmuna riisipiirakka hedelmä	uunimakkara perunasose vihreäsalaatti tomaattikuutio tuorekurkkukuutio	mannapuuro keltainenkiisseli balkanleikkele juurespala	hernekeitto tuorekurkkuviipaleet ohukaiset ja hillo
PE	lasagne vihreäsalaatti paprikakuutio	makaronilaatikko porkkanaraaste	lihapyörykät kastike perunat sateenkaariraaste	jauhelihakastike spagetti kaaliraaste mangoinenkurpitsa	kasvisnugetit perunasose,tartar tuorekurkkusalaatti k-p-r rouhe

jokapäivä

näkkileipä, levite, maito, piimä