

UTAJÄRVEN KOULUN JA VARHAISKASVATUKSEN LOUNASRUOKALISTA SYKSY 2025



VKO/PV	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
I 32/4.8. 38/15.9. 44/27.10. 50/8.12.	JAUHELIHAKKEITTO TAI KASVIS-GULASSIKEITTO - sulatejuusto - paprika - grahamsämpylä	KANAKEBABKIUUSAUS TAI PÄIVÄNPAISTEEN PYTTIS salaattibuffet	ONKIMIEHEN KALAPIHVI TAI KASVIS-PAPUPIHVI - perunasose - kermaviilikastike - salaattibuffet	HERNEKEITTO TAI KASVISHERNEKEITTO - juusto - hedelmä - moniviljaleipä	KASVISLASAGNETTE - kreikkalainen salaatti - ruisvuokaleipä
II 33/11.8. 39/22.9. 45/3.11. 51/15.12.	JAUHELIHA-PERUNAVIIPALELAATIKKO TAI HÄRKIS-PERUNAVIIPALELAATIKKO salaattibuffet	NAKKIKEITTO TAI KASVISNAKKIKEITTO - tuorekurkku - kauraleipä	TONNIKALA-PASTAVUOKA TAI KASVIS-PASTAVUOKA salaattibuffet	RIISIPUURO - mehukeitto - tomaatti - juusto - ruisleipä	HOT TOMATO BROILERIPATA TAI HOT TOMATO VEGE - ohra-/kauralisäke - lämmin kasvis - salaattibuffet - ruisleipä
III 34/18.8. 40/29.9. 46/10.11 52/22.12.	LIHAPYÖRYKKÄ TAI KASVISPYÖRYKKÄ - peruna - ruskeakastike - salaattibuffet	LOHIKEITTO TAI TOMAATTI-LINSSIKEITTO - tuorepala - rieska	BROILERIPASTA TAI MIFUPASTA - salaattibuffet - mustaherukkahillo	KASVISSOSEKEITTO - raejuusto - riisipiirakka - hedelmä	JAUHEMAKSAPIHVI TAI PUNAJUURIPIHVI - perunasose - salaattibuffet - puolukkahillo - ruispala
IV 35/25.8. 41/6.10. 47/17.11. 1/29.12.	KINKKUKIUSAUS TAI YRTTI-KASVISKIUSAUS - salaattibuffet - ruisvuokaleipä	PINAATTI-/PORKKANAOHUKAINEN - perunasose - puolukkahillo - salaattibuffet	KALAKEITTO TAI JUUSTOINEN KASVISKEITTO - suolakurkkuviipale - sämpylä	POSSUPATA TAI INTIALAINEN KASVISVUOKA - lohkoperuna - lämmin kasvis - salaattibuffet	LÄHIRUOKAPÄIVÄ ruisleipä
V 36 /1.9. 42/13.10. 48/24.11.	KAPTEENIN KALAKUVIO TAI VEGENUGGET - perunasose - remouladekastike - salaattibuffet	OHRAPUURO - mansikkakiisseli - juusto - porkkanapala - ruisleipä	MAKKARAKASTIKE TAI MAROKKOLAINEN KASVISPATA - peruna - lämmin kasvis - salaattibuffet - ruisvuokaleipä	LIHA-MAKARONILAATIKKO TAI AURINKOVUOREN MAKARONILAATIKKO salaattibuffet	KANANPOJAN CURRY-KOOKOSKEITTO TAI KESÄKEITTO - paprika - vaalean viljainen leipä - omenalohko
VI 37/8.9. 43/20.10. 49/1.12.	BROILERIMUREKEPIHVI TAI KIKHERNE-PORKKANAPIHVI - peruna - currykastike - salaattibuffet	JAUHELIHAKASTIKE TAI HÄRKISBOLOGNESE - kierrepasta - lämmin kasvis - salaattibuffet - ruisvuokaleipä	LIHAKKEITTO TAI BATAATTISOSEKEITTO - tuorekurkku - tuorejuusto - moniviljasämpylä	KELTAINEN UUNIKALA TAI KASVISPIHVI MEXICAN - perunasose - salaattibuffet - ruisleipä	MIFUTORTILLA - salaattibuffet - salsakermaviili - hedelmä Päiväkoti: KASVISKIUSAUS - salaatti

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

Hyvää ruokahalua!