

UTAJÄRVEN KESKUSKEITTIÖN LOUNASRUOKALISTA SYKSY 2023 (koulu, päivähoito)

VKO/PVM	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
I 32/7.8. 37/11.9. 42/16.10. 47/20.11. 52/25.12.	JAUHELIHAKAITTO * tuorejuusto * paprika * ruisleipä Kasvisruoka: Kasvis-gulassikeitto	BROILERIKASTIKE * ohra/riisi * värikäs kaaliraaste Kasvisruoka: Kukkakaalikorma	LOHIMUREKEPIHVI * perunasose * punajuuri- raejuustosalaatti Kasvisruoka: Kasvispihvi	HERNEKEITTO * juusto * hedelmä * pehmyt leipä Kasvisruoka: Kasvishernekeitto	KASVISLASAGNETTE * salaattibuffet
II 33/14.8. 38/18.9. 43/23.10. 48/27.11.	BROILERIPYÖRYKKÄ * peruna * currykastike * kaali-kurkku- ananassalaatti Kasvisruoka: Kasvispyörykkä	NAKKIKEITTO * tuorekurkku * moniviljaleipä Kasvisruoka: Kasvisnakkikeitto	TONNIKALA- PASTAVUOKA * salaattibuffet Kasvisruoka: Kasvis-pastapaistos	KASVISSOSEKEITTO * raejuusto * tomaattiviiipale * grahamsämpylä	JAUHEMAKSAPIHVI * perunasose * jäävuori-persikkasalaatti * puolukkahillo Kasvisruoka: Maissipiivi
III 34/21.8. 39/25.9. 44/30.10. 49/4.12.	JAUHELIHAKASTIKE * pasta/peruna * salaattibuffet Kasvisruoka: Härkisbolognese	LÄHIRUOKAPÄIVÄ	PINAATTIKEITTO * kananmuna * riisipiirakka * hedelmä	KANANUGGET * riisi * currykastike * kreikkalainen salaatti Kasvisruoka: Vegenugetti	LOHIKEITTO * tuorepala * rieska Kasvisruoka: Kesäkeitto
IV 35/28.8. 40/2.10. 45/6.11. 50/11.12.	BROILERIKEITTO * juusto * tuorepala * moniviljaleipä Kasvisruoka: Tomaatti-linssikeitto	PINAATTI- /PORKKANAOHUKAINEN * peruna * lämmin kastike * puolukkahillo * salaattibuffet	HÄRKÄ-PEKONIHÖYSTÖ * lohkoperuna * jäävuori-meloni- ananassalaatti Kasvisruoka: Kasvistroganoff	JAUHELIHA- PERUNASOSELAATIKKO * punakaali-banaani- mustaherukkasalaatti Kasvisruoka: Härkäpapu- perunasoselaatikko	KAPTEENIN KALAKUVIO * perunasose * lämmin kasvis * punajuuriviiipale Kasvisruoka: Bataatti-juurespihvi
V 36/4.9. 41/9.10. 46/13.11. 51/18.12.	KANAKEBABKIUSAUS * salaattibuffet Kasvisruoka: Yrtti-kasviskiusaus	OHRAPUURO * mansikkakiisseli * kalkkunaleikkele * moniviljaleipä	UUNIMAKKARA * perunasose * kurkkuinen salaatti Kasvisruoka: Kasvismakkara	KAHDEN KALAN KEITTO * suolakurkkuviiipale * ruisleipä Kasvisruoka: Juustoinen kasviskeitto	JAUHELIHA- MAKARONILAATIKKO * porkkanaraaste Kasvisruoka: Aurinkovuoren makaronilaatikko

Lisäksi: leipä, ravintorasva, ruokajuomat. Ruokalistamuutokset mahdollisia.

Hyvää ruokahalua!