

UTAJÄRVEN KESKUSKEITTIÖN LOUNASRUOKALISTA KEVÄT 2022 (koulu, päivähoito)



VKO/PV	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
I 6/ 7.2. 12/ 21.3. 18/ 2.5. 24/ 13.6.	BROILERI-BASILIKAKASTIKE <ul style="list-style-type: none"> riisi / ohrasuurimot jäävuori-kurkkutomaattisalaatti Kasvisvaihtoehto <ul style="list-style-type: none"> Juures Korma 	LOHIKIUSAUS <ul style="list-style-type: none"> punajuuriomena-salaatti lämpimät vihannekset Kasvisvaihtoehto <ul style="list-style-type: none"> Kasvis-perunalaatikko 	TYRNÄVÄN MYLLYN OHRASUURIMOPUURO <ul style="list-style-type: none"> mansikkakiisseli tuorekurkku leikkele ruisleipä 	LINDSTRÖMINPIHVIT <ul style="list-style-type: none"> perunasose maalaissalaatti Kasvisvaihtoehto <ul style="list-style-type: none"> Punajuuripihvit 	HERNEKEITTO <ul style="list-style-type: none"> porkkanapalat rieska jogurtti Kasvisvaihtoehto <ul style="list-style-type: none"> Kasvishernekeitto
II 1/ 3.1. 7/ 14.2. 13/ 28.3. 19/ 9.5.	LIHAPYÖRYKÄT <ul style="list-style-type: none"> perunat ruskeakastike aurinkosalaatti Kasvisvaihtoehto <ul style="list-style-type: none"> Kasvisbolts 	SADONKORJAAJAN BROILERIKEITTO <ul style="list-style-type: none"> tomaattiviipale juusto neljän viljan leipä Kasvisvaihtoehto <ul style="list-style-type: none"> Puutarhurin linssikeitto 	TONNIKALA-PASTAPAISTOS <ul style="list-style-type: none"> jäävuori-kurkkumaissisalaatti Kasvisvaihtoehto <ul style="list-style-type: none"> Kasvis-pastapaistos 	MAKKARAKEITTO <ul style="list-style-type: none"> suolakurkkuviipale juusto grahamsämpylä Kasvisvaihtoehto <ul style="list-style-type: none"> Soijanakkikeitto 	KEBABKIUSAUS <ul style="list-style-type: none"> paprikainen vihersalaatti Kasvisvaihtoehto <ul style="list-style-type: none"> Yrtti-kasviskiusaus
III 2/ 10.1. 8/ 21.2. 14/ 4.4. 20/ 16.5.	KELTAINEN UUNIKALA <ul style="list-style-type: none"> perunasose tuoresalaatti Kasvisvaihtoehto <ul style="list-style-type: none"> Quorn-pata 	PIPPURINEN POSSUPATA <ul style="list-style-type: none"> perunat / riisi puutarhurin kaalisalaatti Kasvisvaihtoehto <ul style="list-style-type: none"> Ratatouille 	LIHAKEITTO <ul style="list-style-type: none"> tuorekurkku tuorejuustolevite ruisleipä Kasvisvaihtoehto <ul style="list-style-type: none"> Kasvisgullassikeitto 	JAUHELIHA-MAKARONILAATIKKO <ul style="list-style-type: none"> porkkana-mandariinisalaatti Kasvisvaihtoehto <ul style="list-style-type: none"> Kasvismakaronilaatikko 	KASVISSOSEKEITTO <ul style="list-style-type: none"> raejuusto / krutongit paprika täysjyväämpylä Reilun kaupan banaani
IV 3/ 17.1. 9/ 28.2. 15/ 11.4. 21/ 23.5.	KASVISPYÖRYKKÄ <ul style="list-style-type: none"> perunasose kermaviilikastike jäävuori-paprika-kurkkusalaatti 	LOHIKEITTO <ul style="list-style-type: none"> tomaatti pehmyt leipä/ rieska Kasvisvaihtoehto <ul style="list-style-type: none"> Kesäkeitto 	JAUHELIHA-PERUNASOSE-LAATIKKO <ul style="list-style-type: none"> porkkana-raejuustosalaatti Kasvisvaihtoehto <ul style="list-style-type: none"> Härkis-perunasoselaatikko 	HOT TOMATOES KALKKUNAPATA <ul style="list-style-type: none"> riisi / ohrasuurimot jäävuori-melonisalaatti Kasvisvaihtoehto <ul style="list-style-type: none"> Tofu-kasviswokki 	LÄHIRUOKAPÄIVÄ/TALON TAPAA
V 4/ 24.1. 10/ 7.3. 16/ 18.4. 22/ 30.6.	JAUHELIHA-KASVISKEITTO <ul style="list-style-type: none"> tuorekurkku juusto karjalanpiirakka Kasvisvaihtoehto <ul style="list-style-type: none"> Mifu-kasviskeitto 	JAUHEMAKSAPIHVIT <ul style="list-style-type: none"> perunasose jäävuori-punasipulipersikkasalaatti puolukkahillo Kasvisvaihtoehto <ul style="list-style-type: none"> Härkäpapu-lehtikaalipihvit 	PALAPAISTI <ul style="list-style-type: none"> lohkoperunat punajuuriviipale lämpimät vihannekset Kasvisvaihtoehto <ul style="list-style-type: none"> Kasvisstroganoff 	LOHIMUREKEPIHVIT <ul style="list-style-type: none"> perunat kylmäkastike porkkanaraaste Kasvisvaihtoehto <ul style="list-style-type: none"> Papu-kasviskroketti 	KASVISLASAGNETTE <ul style="list-style-type: none"> värikäs salaatti
VI 5/ 31.1. 11/ 14.3. 17/ 25.4. 23/ 6.6.	UUNIMAKKARA <ul style="list-style-type: none"> perunasose vihannessalaatti sinappirelish Kasvisvaihtoehto <ul style="list-style-type: none"> Soijamakkara 	JAUHELIHAKASTIKE <ul style="list-style-type: none"> spaghetti / peruna uunijuurekset ananascoleslaw Kasvisvaihtoehto <ul style="list-style-type: none"> Härkisbolognese 	PINAATTIOHUKAISET <ul style="list-style-type: none"> porkkana-perunasose vihersalaatti puolukkahillo 	JUUSTOINEN KALAKEITTO <ul style="list-style-type: none"> suolakurkkuviipale ruisleipä Kasvisvaihtoehto <ul style="list-style-type: none"> Juustoinen parsakaalisosekeitto 	BROILERIPASTA <ul style="list-style-type: none"> kaali-minikurpitsasalaatti mustaherukkahillo Kasvisvaihtoehto <ul style="list-style-type: none"> Kasvispasta

Lisäksi: leipä, ravintorasva, ruokajuomat. Ruokalistamuutokset mahdollisia

Hyvää ruokahalua!

