

HYRYNSALMEN YHTENÄISKOULUN RUOKALISTA Iv 2023-2024

	1.VIIKKO 41, 47, 1, 7, 13, 19	2.VIIKKO 42, 48, 2, 8, 14, 20	3.VIIKKO 37, 43, 49, 3, 9, 15, 21	4.VIIKKO 38, 44, 50, 4, 10,16,22	5.VIIKKO 39, 45, 51, 5, 11, 17, 23	6.VIIKKO 40, 45, 52, 6, 12, 18
MAANANTAI	LIHAPERUNA-LAATIKKOA UUNIJUUREKSIA SALAATTIA	KALASTAJAN PYÖRYKÖITÄ/KALA- PUIKKOJA JUUSTOISTA KASTIKETTA PERUNAA SALAATTIA	BROILERIA TAHITI- LAISEEN TAPAAN PERUNAA/PASTAA SALAATTIA	KALAKUVIOITA PERUNASOSETTA YRTTIVIHANNEKSIA SALAATTIA	MAKARONI- LAATIKKOA KASVISGRATINIA SALAATTIA	LASAGNEA SALAATTIA
TIISTAI	LOHIKEITTOA PERUNARIESKA TUOREPALA	RIISTAROUHEKEITTOA JUUSTOA TUOREPALA	LIHAKEITTOA SEKALEIPÄÄ JUUSTOA TUOREPALA	BROILERIKEITTOA KAURAPALA TUOREPALA	KOSKENLASKIJAN KASVISSOSEKEITTOA RIISIPIIRAKKA LEIKKELE SALAATTIA	OHRA/RIISIPUUROA LEIKKELETTÄ TUOREPALA MARJAKEITTOA
KESKIVIIKKO	BROILERIPUIKKOJA CURRYKASTIKETTA PERUNAA SALAATTIA	UUNIMAKKARAA PERUNASOSETTA SALAATTIA	LOHIMUREKETTA KASVISSOSETTA SALAATTIA	JAUHELIIHAPIHVEJÄ/ -MUREKETTA KASTIKETTA PERUNAA SALAATTIA	RANSKALAISTA-/ MANTELICALAA PERUNASOSETTA SALAATTIA	LINDSTRÖMIN PIHVEJÄ PERUNASOSETTA SALAATTIA
TORSTAI	POSSU-JUURESPATAA PERUNAA SALAATTIA	PINAATTIKEITTOA RIISIPIIRAKKA KANANMUNA LEIKKELETTÄ TUOREPALA	ITALIALAISTA JAUHELIHA- KASTIKETTA PERUNAA SALAATTIA	PUUTARHURIN KASVISPYÖRYKÖITÄ PERUNASOSETTA SALAATTIA	HERNEKEITTOA SÄMPYLÄ JUUSTO TUOREPALA JÄLKIRUOKA	KERMAISTA BROILERIKASTIKETTA PERUNAA OHRA-JUURESLISÄKETÄ SALAATTIA
PERJANTAI	PERUNAPUUROA SÄMPYLÄ LEIKKELETTÄ TUOREPALA	PALAPAISTIA PERUNAA TIMJAMIPORKKANOITA SALAATTIA	MAKKARAKEITTOA PORKKANASÄM-PYLÄÄ JUUSTOA TUOREPALA	MAALAISSOSSI- KASTIKETTA PERUNAA SALAATTIA	KEITTIÖN YLLÄTYSRUOKA	LIHAPYÖRYKÖITÄ KASTIKETTA PERUNAA SALAATTIA

Leipä:pehmyt leipä ja näkkileipä
Ravintorasva:kevytlevite

Ruokajuoma: rasvaton maito, piimä, laktoositon maitojuoma, vesi

Muutokset mahdollisia

HYVÄÄ RUOKAHALUA