

TOHMAJÄRVEN KOULUJEN JA PÄIVÄKOTIEN RUOKALISTA syksy 2018 – kevät 2019

	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	VKO	
1	KALAKEITTO leikkele, tuorepala leipä	PASTAPATA- PEKONILLA salaatti	KANAVIILLOKKI riisi salaatti mustaherukkahillo	JAUHELIIHAPIHVIT perunat herkkusienikastike salaatti	KARJALANPAISTI perunat salaatti	29 35 41 47	1 7 13 19
2	KINKKUKIUSAUS salaatti	JAUHELIIHAKASTIKE pasta tai peruna salaatti	PERUNAVELLI karjalanpiirakka ja leikkele tai lihapiirakka tuorepala	LASAGNE salaatti	KALAPIHVIT perunasose salaatti	30 36 42 48	2 8 14 20
3	HEDELMÄINEN KANAKASTIKE pasta tai riisi herne-maissi-paprika salaatti	ITÄMAINEN KOOKOSKALA perunat salaatti	PINAATTIOHUKAISET perunat valkokastike tonnikalasalaatti	MAKARONILAATIKKO salaatti	HERNEKEITTO tuorepala juusto	31 37 43 49	3 9 15 21
4	LIHAPYÖRYKÄT perunat, kastike porkkanaraaste raejuusto	MANNAPUURO marjakeitto leikkele, tuorepala sämpylä	MANTELIKALA perunasose salaatti	BROILERIPASTAVUOKA salaatti	NAKKISTROGANOV perunat salaatti	32 38 44 50	4 10 16 22
5	JAUHELIIHAKASVIS- KASTIKE pasta salaatti	BROILERPYÖRYKÄT currykastike riisi salaatti	OHRASUURIMOPUURO marjakeitto leikkele, tuorepala sämpylä	LOHILAATIKKO salaatti punajuuri	RIISTAKÄRISTYS perunasose, puolukka maustekurkku salaatti	33 39 45 51	5 11 17 23
6	POROKEITTO kauratassu, juusto, tuorepala	UUNIMAKKARA perunasose salaatti	KALALEIKE perunat kermaviilikastike salaatti	KANAKEITTO tuorepala, juusto patonki	JAUHELIIHAPERUNA- SOSELAATIKKO salaatti	34 40 46 52	6 12 18 24

JOKAISEN ATERIAN KANSSA KUULUU: MAITO, PIIMÄ, NÄKKILEIPÄ JA LEVITE SEKÄ VAIHTUVA SALAATTI. Päivittäin tarjolla lakto-ovo-vegaaninen vaihtoehto.

VAIHTOEHTOISESTI: RUISLEIPÄ, SEKALEIPÄ JA MEHU.

Muutokset ruokalistassa mahdollisia.