

**TOHMAJÄRVEN KOULUJEN JA PÄIVÄKOTIEN RUOKALISTA syksy 2022 – kevät 2023**

	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	VKO	
1	KALAKEITTO leikkele, tuorepala leipä	PASTAPATA- PEKONILLA salaatti	KANAVIILLOKKI riisi salaatti mustaherukkahillo	JAUHELIHAPIHVIT perunat, porkkanat kastike salaatti	KARJALANPAISTI, perunat salaatti	25 31 37 43 49	3 9 15 21
2	KINKKUKIUSAUS salaatti	JAUHELIHAKASTIKE pasta tai peruna salaatti	PERUNAVELLI karjalanpiirakka ja leikkele tai lihapiirakka tuorepala	LASAGNE salaatti	KALAPIHVIT perunasose salaatti	26 32 38 44 50	4 10 16 22
3	UNKARILAINEN KANAKASTIKE pasta tai riisi herne-maissi-paprika salaatti	PUNAJUURI- tai KASVISPIHVIT perunat herkkusienikastike salaatti	MAKARONILAATIKKO salaatti	UUNIMAKKARA perunasose salaatti	HERNEKEITTO tuorepala juusto	27 33 39 45 51	5 11 17 23
4	LIHAPYÖRYKÄT perunat, kastike porkkanaraaste raejuusto	POROKEITTO kauratassu, juusto, tuorepala	BROILERIPASTAVUOKA salaatti	MANTELIKALA perunasose salaatti	NAKKIKASTIKE perunat salaatti	28 34 40 46 52	6 12 18 24
5	JAUHELIHAKASVIS- KASTIKE pasta salaatti	BROILERPYÖRYKÄT currykastike riisi salaatti	OHRASUURIMOPUURO marjakeitto leikkele, tuorepala sämpylä	LOHILAATIKKO salaatti punajuuri	RIISTAKÄRISTYS perunasose salaatti	29 35 41 47 1	7 13 19 25
6	KANAKEITTO patonki, juusto, tuorepala	PINAATTIOHUKAISET perunat valkokastike tonnikalasalaatti	KALALEIKE perunat kermaviilikastike salaatti	MANNAPUURO tuorepala, leikkele sämpylä	JAUHELIHAPERUNA- SOSELAATIKKO salaatti	30 36 42 48 2	8 14 20 26

JOKAISEN ATERIAN KANSSA KUULUU: MAITO, PIIMÄ, SEKÄ VESI, LEIPÄ JA LEVITE. Päivittäin tarjolla lakto-ovo-vegaaninen vaihtoehto.

Muutokset ruokalistassa mahdollisia.