


## PUKKILAN KOULUN JA PÄIVÄHOIDON RUOKALISTA V. 2024

VIKKO	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
 1 aamupala	RUISHIUTALEPUURO omenasose	KAURAPUURO kurkkupalat	MANNAPUURO hedelmäpalat	MUROT sekamarjahillo kananmuna	VEHNÄHIUTALEVELLI tomaattiviipaleet
lounas vko 6,12,18,24,30,36,42,48	JAUHELIIHAPIHVIT (L,M) perunat, kastike (L,G) kaalisalaatti	PORKKANAPYÖRYKKÄ (L, G) perunasose (L,G) kermaviilikastike (L,G) jäävuori-tomaattisalaatti	SMETANAKALA (L, G) perunat porkkanaraaste	MAKARONILAATIKKO (L) lämmin kasvis kiinankaali-ananas salaatti	MAKKARAKEITTO (L,M,G) ruisleipä, hedelmäpala
välipala	VIIILI tuorepala	MANSIKKAKIISSSELI raejuusto	PÄÄRYNÄ juusto	VANILJA- JUGURTTIRAHKA hedelmäpalat, leikkele	PERUNARIESKA kaakao, juusto, paprikaviipaleet
 2 aamupala	RUISPUURO hedelmäpalat	4-VILJANPUURO paprikaviipaleet	RIISIPUURO juurespalat	MUROT hillo/marjat kananmuna	OHRAHIUTALEPUURO tuorepala
lounas vko 7,13,19,25,31,37,43,49	BROILERIKASTIKE (G,L,M) ohrahelmi kaalimustaherukka- salaatti	PINAATTIKEITTO (L) kananmunarouhe kaurapala, hedelmä	TONNIKALAKIUSAUS (L, G) jäävuorisalaatti	UUNIMAKKARA (L,G) perunasose(L,G) porkkanaraaste	LIHAKEITTO (L,M,G) ruisleipä, kurkkuviipaleet
välipala	AURINKOINEN HEDELMÄSALAATTI juusto	PORKKANAOHUKAISET tuoremarjahillo	MUSTIKKAJUGURTTI porkkanapala	VADELMAKIISSSELI ruisleipä	BANAANI leikkele

Lisäksi lounaalla tarjotaan leipää, levitettä, ruokajuomaa

Aamu- ja välipaloilla tarjotaan lisäksi tuoretta leipää, näkkileipää, levitettä, ruokajuomaa

HUOM! Keittiöllä on oikeus ruokalista muutoksiin!

VIKKO	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
 <b>3</b> <b>aamupala</b>	KAURAPUURO mangosose	4-VILJAN PUURO hedelmäpalat	VEHNÄ- HIUTALEPUURO persikkasose	MUROT hillo/marjat	HELMIPUURO kurkkuviipaleet
<b>lounas</b> VKO <b>2,8,14,20,26,32,38,44,50</b>	<b>JAUHELIHAKASTIKE (G,L,M)</b> tumma makaroni kaali-kurkkusalaatti	<b>PINAATTIPUIKKO</b> perunasose (L) kermaviilikastike (L) salaattisekoitus - melonisalaatti	<b>APPELSIINI-CHILI KALA (L,G)</b> perunat jäävuorisalaatti	<b>JAUHELIHA-PERUNALAAHIKKO (L,G)</b> porkkanaraaste	<b>BROILERIKEITTO (L,G)</b> sämpylä, hedelmäpala
<b>välipala</b>	<b>SÄMPYLÄ</b> kaakao, tuorepala leikkele	VISIPUURO papurikaviipaleet	OMENA leipä, leikkele	MAUSTAMATON JUGURTTI marjoja	KARJALANPIIRAKKA juusto
 <b>4</b> <b>aamupala</b>	OHRAPUURO juurespala	KAURAPUURO hedelmäpalat	MANNAPUURO kurkkutikut	MUROT hillo/marjat	4-VILJAN PUURO hedelmäpalat
<b>lounas</b> VKO <b>3,9,15,21,27,33,39,45,51</b>	<b>PALERMONPASTA (L)</b> porkkanaraaste	pk: <b>PORKKANASOSEKEITTO (L)</b> koulu: <b>OHRAPUURO (L)</b> ruisruutu, maksamakkara	<b>KALAMUREKEPIHVIIT (L,G)</b> perunasose (L,G) jäävuori-kurkkusalaatti	<b>MAKKARAKASTIKE (G,L,M)</b> perunat kiinankaali- appelsiinisalaatti	<b>JAUHELIHAKAITTO (L,M,G)</b> ruisleipä, juusto
<b>välipala</b>	MONIVILJAPALA lauantaimakkara, tomaatti	PANNUKAKKU marjasose	RUUSUNMARJA- OMENAKIISSELI raejuusto, kurkku	MANSIKKARAHKA porkkanapalat	PÄÄRYNÄ leipä

Lisäksi lounaalla tarjotaan leipää, levitettä, ruokajuomaa

Aamu- ja välipaloilla tarjotaan lisäksi tuoretta leipää, näkkileipää, levitettä, ruokajuomaa

HUOM! Keittiöllä on oikeus ruokalista muutoksiin!

VIKKO	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
<b>aamupala</b>  <b>5</b>	VEHNÄHIUTAILE- PUURO omenasose	4-VILJAN PUURO juurespalat	RUISHIUTAILEPUURO kurkkuviipaleet	MUROT hillo/marjat kananmuna	MANNAPUURO hedelmäpalat
<b>lounas</b>  <b>VKO</b> <b>4,10,16,22,28,34,40,46,52</b>	<b>PALAPAISTI (L,G,M)</b> perunat  kaaliraaste	<b>PINAATTIOHUKAISET (L)</b> perunasose (L,G)  porkkana-puolukkasalaatti	<b>TOMAATTINEN JAUHELIHAKASTIKE (L,G)</b> tumma pätkäspagetti kiinankaali- mandariinisalaatti	<b>KINKKUKIUSAUS (L,G)</b> lämmin vihannes  jäävuori- tomaattisalaatti	<b>KALAKEITTO (L,G)</b>  ruisleipä, hedelmä
<b>välipala</b>	SÄMPYLÄ maksamakkara, paprika	MUSTIKKAKIISSSELI juusto, ruisleipä	MARJARAHA kurkkutikut	RIISIVÄLIPALA leipä, juusto	BANAANI leikkele
<b>aamupala</b>  <b>6</b>	OHRAPUURO omenapalat	HELMIVELLI paprikasuikaleet	KAURAPUURO porkkanapalat	MUROT hillo/marjat kananmuna	4-VILJAN PUURO hedelmäpalat
<b>lounas</b>  <b>VKO</b> <b>5,11,17,23,29,35,41,47</b>	<b>JUURESSOSEKEITTO (L)</b> raejuusto, saaristolaisleipä	<b>LASAGNETTE (L)</b> jäävuori-paprikasalaatti	<b>RAPEA KALAPALA</b> perunasose (L,G) punajuuri-omenaraaste	<b>BROILERIPYÖRYKÄT (L,M)</b> perunat kiinankaali-maissi salaatti	<b>HERNEKEITTO (L,M,G)</b> ruisleipä, porkkanapala
<b>välipala</b>	PORKKANAPIIRAKKA patrikapalat	MARJAKIISSSELI juusto, kaurapala	VANILJAJUGURTTI hedelmäsose	MARJAPUURO kurkkupalat	PANNUKAKKU tuoremarjahillo

Lisäksi lounaalla tarjotaan leipää, levitettä, ruokajuomaa

Aamu- ja välipaloilla tarjotaan lisäksi tuoretta leipää, näkkileipää, levitettä, ruokajuomaa

HUOM! Keittiöllä on oikeus ruokalista muutoksiin!