

Ruokalista Reisjärven kouluissa Iv. 2020 - 2021

33 40 48 4 12 19	10.-16.8. 28.9.-4.10 23.-29.11. 25.-31.1. 22.-28.3. 10.-16.5.	palapaisti perunat amer.sal, kurkku persikka, leipäjuusto	uunikala perunasose punajuuri omena pikkuporkkana	lihamakaronilaatikko kaali kurkku porkkana	broilerkasviskeitto patonki tuorejuusto juurespala	porkkanapihvit perunat kastike kiinankaali kurkku tomaatti
34 41 49 5 13 20	17.-23.8. 5.-11.10. 30.11.-6.12. 1.-7.2. 29.3.-4.4. 17.-23.5.	makkarakastike perunat kaali punakaali paprika mandariini	lihasviskeitto rouhesämpylä juusto herkkukurkku	broilerilasagne piccolo vihreäsalaatti	lohivuoka perunat amer.sal.rypäle tomaatti kelt.paprika	tomaattinen jauhelihakastike perunat salaattisekoitus kesäkurpitsa tomaatti
35 42 50 6 14 21	24.-30.8. 12.-18.10. 7.-13.12. 8.-14.2. 5.-11.4. 24.-30.5.	lihapyörykkäkastike perunat kreikkalainen salaatti	kalakeitto ruisrevitty makkara juurespala	lounas talon tapaan	paella kiinankaali kurkku meloni mustaherukkahillo	mustapippurihärkä perunat porkkanaraaste
36 44 51 7 15 22	31.8.-6.9. 26.10.-1.11. 14.-20.12. 15.-21.2. 12.-18.4. 31.5.-6.6.	täysjyväspagetti bolognesekastike kaali kukkakaali ananas	kalapihvit perunat tartarkastike amer.sal. kurkku tomaatti	broilerpatukat riisi/peruna currykastike kiinankaali kurkku persikka	makkarakasviskeitto polakka juusto kasvis	riisipuuro marjakiisseli juures tai hedelmä leikkele
37 45 1 8 16	7.-13.9. 2.-8.11. 4.-10.1. 22.-28.2. 19.-25.4.	kebabkiausaus/ kinkkukiausaus kiinankaali kurkku paprika	jauhelihapihvit perunat kastike amer.sal. kurkku vihr.paprika rypäle	jauhelihakasviskeitto sämpylä juusto kasvis	pinaattihukkaat tonnikala- pastasalaatti	broilerpata tumma riisi punakaali kaali musta- herukka banaani
38 46 2 9 17	14.-20.9. 9.-15.11. 11.-17.1. 1.-7.3. 26.4.-2.5.	jauheliha-perunasose/ liha-perunalaatikko kaali amer.sal. kesäkurpitsa vesimeloni	hernekeitto pannakakku, marjasurvos tai rieska porkkana	kalastajanpyörykkä perunat kastike kiinankaali kurkku tomaatti	uunimakkara perunasose kiinankaali kurkku hunajameloni	jauhelihakastike perunat raejuusto porkkanaraaste+appelsiini
39 47 3 11 18	21.-27.9. 16.-22.11. 18.-24.1. 15.-21.3. 3.-9.5.	kasvissosekeitto tuore leipä juurespala	lasagne retiisisalaatti	ohrasuurimopuuro marjakeitto maksamakkara juurespala	lohilaatikko punajuuri omena purjo lämmin lisäke	lihamureke perunat kastike tuoresalaatti

Ruokalistan ruoka-allergisten allergeenit voi tarvittaessa kysyä henkilökunnalta