

Kiteen kaupunki - koulujen ruokalista syksy 2018 kevät 2019

Kalenteri- viikko	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI
33, 39, 45 51 <u>2019</u> 5, 11, 17	Jauhelihakastike Kasviskastike Täysjyväpasta Kaaliraaste	Kasvisnuudeli- vuoka Vihersalaatti	Juustoinen broilerikeitto Kasviskeitto Tomaatti	Lohilaatikko Kasvislaatikko Vihersalaatti	Uunimakkara Ratatouille Perunasose Vihersalaatti
34, 40, 46 52 <u>2019</u> 6, 12, 18	Nyhtöpössupata Kasvispata Täysjyväriisi Kaaliraaste	Kalakeitto, sei Kasviskeitto Juusto Sämpylä Tomaatti	Broileripihvi Kasvispihvi Perunasose Vihersalaatti	Mannapuuro Mansikkakiisseli Tuorekurkku	Kaalilaatikko Kasvislaatikko Puolukka Porkkanaraaste
35, 41, 47 <u>2019</u> 1, 7, 13, 19	Lihapyörykät kastikkeessa Peruna Kasvispyörykkä Kaaliraaste	Perunalaatikko Kasvislaatikko Vihersalaatti	Kalapyörykkä Kasvispyörykkä Perunasose Vihersalaatti	Pinaattiletut, hillo Pastasalaatti Vihersalaatti	Karjalanpaisti Kasvismuhennos Perunat Vihersalaatti
36, 42, 48 <u>2019</u> 2, 8, 14, 20	Kasvisnakkikastike Perunat Kaaliraaste	Lasagnette Kasvislasagnette Vihersalaatti	Kalakeitto, lohi Kasviskeitto Juusto Sekaleipä Tuorepala	Riisipuuro sokeri/kaneli Lihaleikkele Tomaatti	Broileripaella Kasvispaella Vihersalaatti
37, 43, 49 <u>2019</u> 3, 9, 15, 21	Tomaattinen broilerikastike Kasviskastike Täysjyväriisi Kaaliraaste	Kalapala Kasvispihvi Perunasose Porkkanaraaste	Kebab-perunavuoka Kasvisvuoka Vihersalaatti	<u>Lähirooka</u> Ohrahiutale- puuro Kananmuna Tuorekurkku Vadelmakiisseli	Makaronilaatikko Kasvislaatikko Juustosalaatti
32, 38, 44 50 <u>2019</u> 4, 10, 16, 22	Broileriperunavuoka Kasvispyttäri Kaaliraaste	Uunikala Kasvispihvi Perunat Porkkanaraaste	Perunavelli Grahamlihipiirakka Tuorevihannes Hedelmä	Hernekeitto Kasviskeitto Juusto Tuorevihannes Ohukaiset ja hillo	Kasvispyörykkä Perunasose Vihersalaatti

Lisäksi aterioilla tarjotaan ruisleipää, näkkileipää, kasvisrasvaveitettä/vaihtoehtoisesti oivariinia, rasvatonta maitoa ja piimää.

Ruokalistalla huomioimme itsenäisyyspäivän, joulun ja pääsiäisen.
Pidätämme oikeuden ruokalistamuutoksiin.